WatchBP® home S

Instruction Manual

Gebruiksaanwijzing

Manual de Instrucciones

Οδηγίες χρήσης



microlife®



WatchBP® home S

WatchBP Home S makes screening for AFIB and hypertension simple and convenient.



Instruction Manual

EN

microlife®

Microlife WatchBP Home S is the world's leading digital blood pressure measurement device for the early detection of atrial fibrillation (AFIB) and hypertension. These are the two top risk factors of heart disease and stroke which increase the risk of getting a stroke or heart disease in the future. It is important to detect AFIB and hypertension at an early stage, even though you may not experience any symptoms. Appropriate treatment can reduce your risk of suffering a stroke. For this reason, it is recommended taht you to visit your doctor when the WatchBP Home S gives an AFIB signal during your blood pressure measurement. The AFIB algorithm of Microlife has been clinically investigated by several prominent clinical investigators and showed that the device detects patients with AFIB at 97-100% certainty. [1,2]

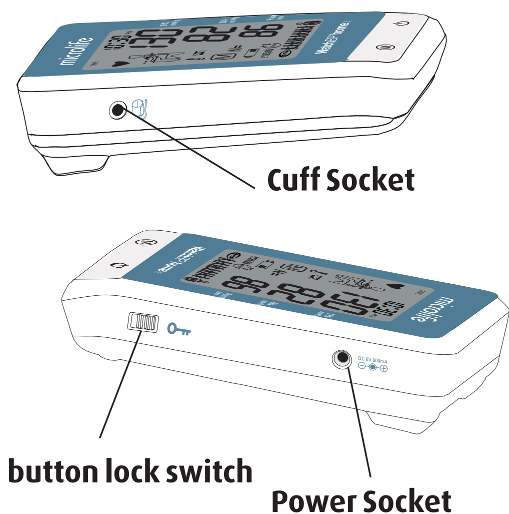
[1] *Stergiou GS, Karpettas N, Protogerou A, Nasothimiou EG, & Kyriakidis M. Diagnostic accuracy of a home blood pressure monitor to detect atrial fibrillation. J Hum Hyperten 2009; 1–5*

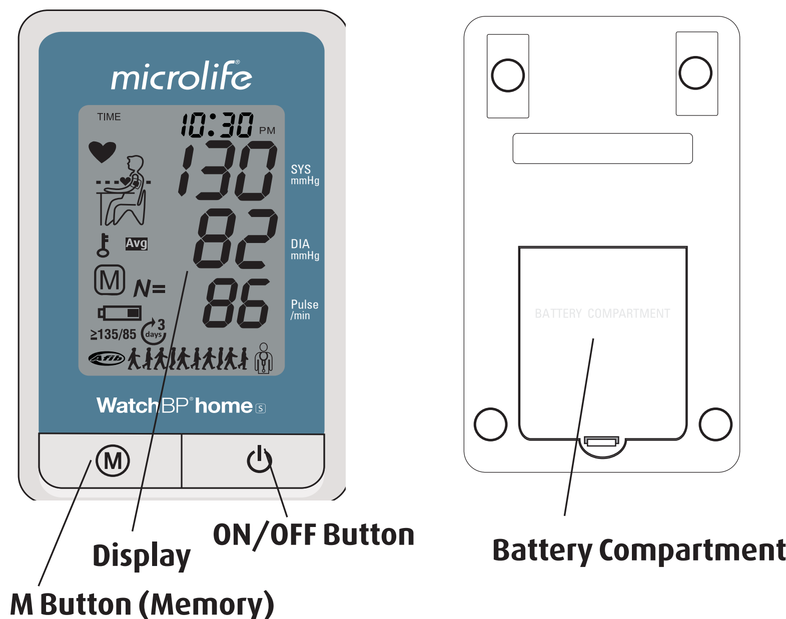
[2] *Wiesel J, Fitzig L, Herschman Y, & Messineo FC Detection of Atrial Fibrillation Using a Modified Microlife Blood Pressure Monitor. Am J Hypertens 2009; 848–852*

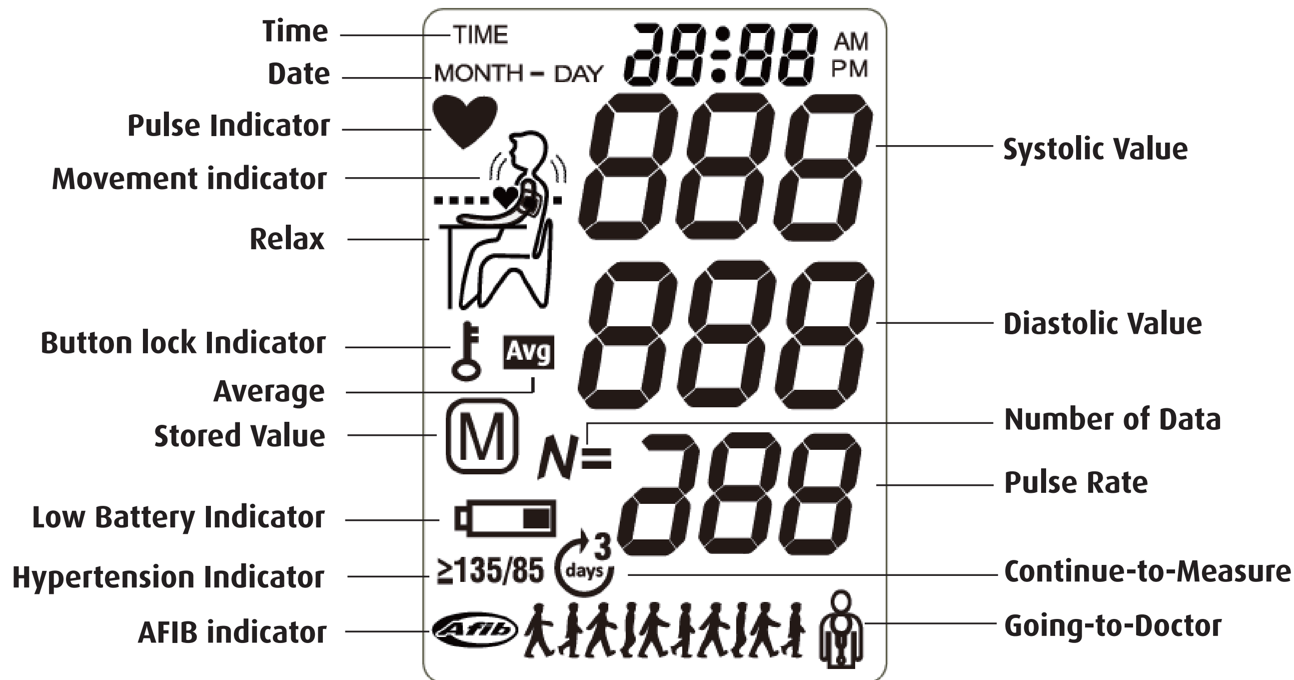
Table of Contents

Before using WatchBP Home S for the first time

Product description



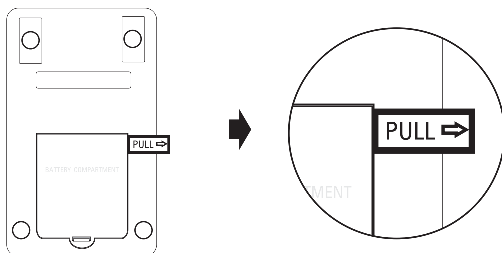



Time
Date
Pulse Indicator
Movement indicator
Relax
Button lock Indicator
Average
Stored Value
Low Battery Indicator
Hypertension Indicator
AFIB indicator
TIME
MONTH – DAY
AM
PM
Avg
M
N=
≥135/85
3
days
Afib
Systolic Value
Diastolic Value
Number of Data
Pulse Rate
Continue-to-Measure
Going-to-Doctor

Before using WatchBP Home S for the first time

Activating the Device

Pull out the protective strip from the battery compartment.

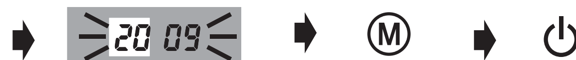


Setting Up your Meter

1) **Set the year** – Upon removing the protective strip or installing new batteries, the year number flashes in the display. Use the M button to select the year. Press the ON/OFF button to confirm your selection.

Press ON/OFF button to confirm

Press M button to make selection



2) **Set the month** – Use the M button to set the month. Press the ON/OFF Button to confirm.



3) **Set the day** – Press the M button to set the day. Press the ON/OFF Button to confirm.



4) **Set the time –** Once you have set the hour and Minutes and pressed the ON/OFF button, the date and time are set, and the current time is displayed.





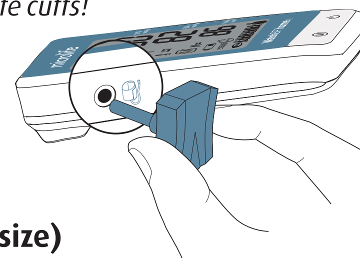


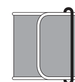
5) If you want to change the date and time, briefly take out and put back one battery from the battery compartment. The year number will flash. Complete the process as described above.

Selecting the correct cuff

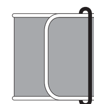
The WatchBP Home S device is available with different cuff sizes. If you believe the cuff size provided with your device is incorrect, please contact Microlife.

please use only Microlife cuffs!





M (Medium size)
22 - 32 cm (8.75 - 12.5 inches)
M is the correct size for most people.



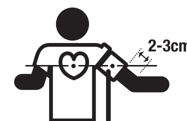
L (Large size)
32 - 42 cm (12.5 - 16.5 inches)

Taking measurements using WatchBP Home S

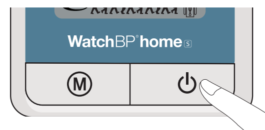
1) **Before the measurement –** Avoid taking measurements directly after eating, drinking or smoking. Prepare a chair and table for the measurement. The chair should have a vertical back-rest and the table should allow for your upper arm to rest at the same height as your heart. Sit down and relax for at least 5 minutes before the measurement.

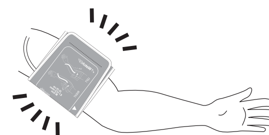


2) **Applying the cuff –** Remove all clothing covering or constricting the arm to be measured. Fit the cuff closely around the arm, but not too tight, and be placed 2~3cm above the elbow with the tube on the inside of the arm. Support the arm at the same height as the heart during measurement.

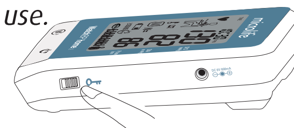


3) **Start the measurement –** Press the ON/OFF Button to start measurement. The cuff will inflate automatically.

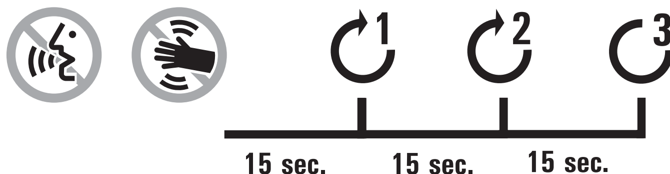




**Prior to pressing the ON/OFF button, ensure that the button lock switch is at unlock. Switch to lock to avoid accidental activation of the buttons after use.*



4) **Automated triple measurement–** The WatchBP Home S automatically takes three consecutive measurements at 15 second intervals. Because blood pressure constantly fluctuates, a result determined in this way is more reliable than one produced by a single measurement. During the measurement do not move, cross your legs, or tense your arm muscles. Breath normally and do not talk.



The last three measurements will be saved for future review. Please refer to page 11 "viewing measurements".

5) **Finishing the measurement–** Once the three readings are complete, the measured data is automatically averaged and displayed.

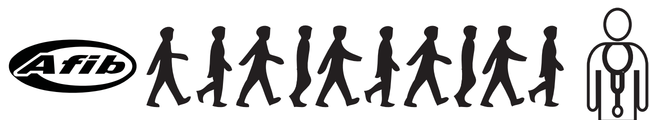
6) **Storing measurement data-** WatchBP Home S automatically stores the average of the 3 consecutive measurements, along with the date and time. A total of 30 average measurements can be stored. When memory is full, each new measurement will automatically overwrite the earliest measurement.

If one of the individual measurements was questionable, a fourth one would automatically be taken.

If the start/stop button is pressed during countdown it will start measuring immediately; if the start/stop button is pressed during measurement it will terminate the measurement; the reading or average readings from the measurements are displayed.

Appearance of the AFIB Indicator & Hypertension Indicator

1) **AFIB Indicator–** This device is able to detect atrial fibrillation (AFIB). If AFIB is present during blood pressure measurement, the AFIB Indicator is displayed. It is highly recommended to take an additional measurement an hour later to increase the specificity of the detection. The Going-to-Doctor animation is triggered to remind you to visit your doctor for further examinations.



2) **Hypertension Indicator–** The Hypertension indicator is displayed if the average of blood pressures (BP) is greater than or equal to the cut-off point 135/85mmHg for systolic and diastolic BP.The indicator is displayed in three different conditions:

(1) Both of the systolic and diastolic blood pressures are greater than or equal to 135/85mmHg.

(2) The systolic BP is greater than or equal to 135mmHg.

(3) The diastolic BP is greater than or equal to 85mmHg.

≥135/85	**≥135/**	**≥ /85**
SYS >=135 mmHg, DIA >=85 mmHg	**SYS >=135 mmHg, DIA <85 mmHg**	**SYS <135 mmHg, DIA >=85 mmHg**

※ *Sometimes the device will detect atrial fibrillation even when it is not there. This can happen if the arm moves during the reading or another rhythm problem is present. Keep the arm still during the reading. Visiting your doctor with this device may be necessary to check out any rhythm problems.*

※ *This device may not detect atrial fibrillation in people with pacemakers or defibrillators.*

3) Continue-to-measure Indicator – If the average of blood pressures (BP) is greater than or equal to the cut-off point 135/85mmHg for systolic and diastolic BP, a continue-to-Measure symbol (3 days) is displayed together with hypertension indicator to remind you to take another 3 days measurement period to optimally determine the height of your blood pressure. It is highly recommended to take another 3 days measurement period to get the usual level of blood pressure if the Continue-to-Measure Indicator is displayed. Do not share WatchBP Home S with others during the 3-day measurment session.

≥135/85 oder ≥135/ oder ≥ /85 3 days

4) Going-to-doctor indicator – If the 3-day average of blood pressure is still more than 135/85mmHg, either systolic BP or diastolic BP, the Going-to-doctor animation is triggered. This happens when the M button is pressed to recall the measurements. It is a reminder for you to visit your doctor.

Avg
≥135/85 oder ≥135/ oder ≥ /85

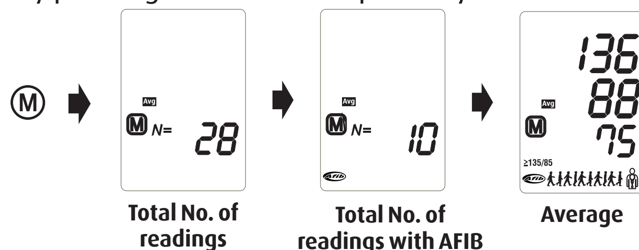
** 3 days don't need to be 3 consecutive days.*

** In the monitoring of hypertension, the Going-to-doctor animation is triggered only if 3-day measurement session is complete.*

Viewing and deleting measurements

Viewing measurements

1) When the M button is pressed, it displays the total number of measurements stored, e.g. N=28, followed immediately by the total number of measurements with AFIB and then the average of all the measurements. Every average reading can be viewed by pressing the M button repeatedly.



Total No. of readings

Total No. of readings with AFIB

Average

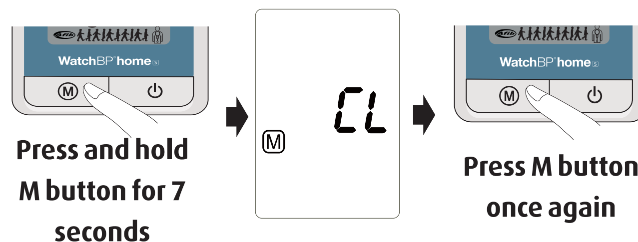
2) The last three individual measurements can be viewed by pressing and holding the M button until a “1” is displyed on the screen. The values will be displayed sequentially.

Deleting measurements

Before deleting data, be sure that the measurement data is not required. When your BP values are too high or when your values show AFIB it is recommended to show your BP values to your doctor.

1) Press the M button and hold it for 7 seconds until the clear symbol CL shows up.

2) Release the M button and press it once more. This will delete all the measurements.



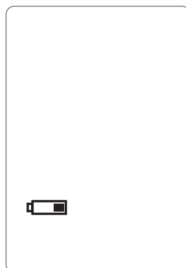
Press and hold M button for 7 seconds

Press M button once again

Batteries and power adaptor

Battery indicator

When the batteries have ¼ power supply left, the Battery Symbol will flash each time the device is switched on. Replace with new batteries when battery indicator appears.



Replacing new batteries

When the batteries need to be replaced, the Battery Symbol will flash each time the device is switched on.

1) Open the battery compartment at the back of the device.
2) Replace the batteries – ensure correct polarity as shown by the symbols in the compartment.

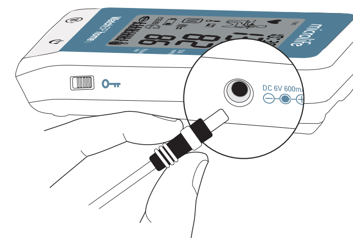
- *Use 4 new, long-life 1.5V, size AA batteries.*
- *Do not use batteries beyond their date of expiry.*
- *Remove batteries, if the device will not be used for a prolonged period.*

Using a power adaptor

The WatchBP Home S device can also be operated using a Microlife power adaptor (DC 6V, 600mA).

- *Only use Microlife branded power adaptors.*

1) Plug the adaptor cable into the Power Plug in the WatchBP Home S device.
2) Plug the adaptor plug into the wall socket. When the power adaptor is connected, no battery power is consumed.



Safety, care, accuracy test and disposal

Safety and protection

This device may be used only for the purpose described in this booklet. The device comprises of sensitive components and must be treated with caution. The manufacturer cannot be held liable for damage caused by incorrect application.



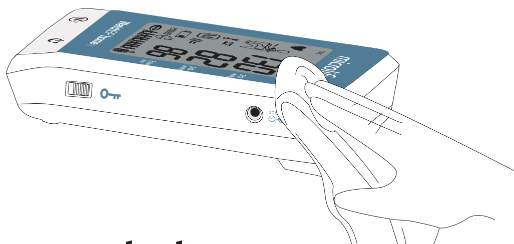
- Ensure that children do not use the device unsupervised; some parts are small enough to be swallowed.
- Only activate the pump when cuff is installed.
- Do not use the device if you think it is damaged or if anything appears unusual.
- Read the further safety instructions in the individual sections of the instruction manual.

Observe the storage and operating conditions described in the "Technical specifications" section of this manual.

	**Protect the device from water and moisture**
	**Protect the device from direct sunlight**
	**Protect the device from extreme heat and cold**
	**Avoid proximity to electromagnetic fields, such as those produced by mobile phones**
	**Never open device**
	**Protect device from impact and drops**

Device care

Clean the device with a soft, dry cloth.



Accuracy test

We recommend the WatchBP Home S device be tested for accuracy every 2 years or after mechanical impact (e.g. being dropped). Please contact Microlife to arrange for an accuracy test.

Cuff care

DO NOT wash the cuff. DO NOT iron the cuff cover.



Do not wash the cuff!



Do not iron the cuff!

Disposal

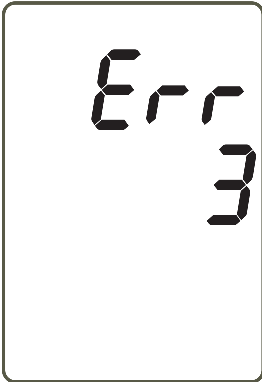


Batteries and electronic instruments must be disposed of in accordance with the locally applicable regulations, and not as domestic waste.

Error messages

If an error occurs during measurement, the measurement is interrupted and an error message «Err» is displayed.





- *Please contact your local Microlife service center, if this or any other problem occurs repeatedly.*
- *If you think the results are unusual, please read through the information in this instruction manual carefully.*

Error	Description	Potential cause and remedy
«**Err 1**»	**Signal too weak**	The pulse signals on the cuff are too weak. Re-position the cuff and repeat the measurement.
«**Err 2**»	**Error signal**	During the measurement, error signals were detected by the cuff, caused for instance by movement or muscle tension. Repeat the measurement, keeping your arm still.

«Err 3»	**No pressure in the cuff**	An adequate pressure cannot be generated in the cuff. A leak may have occurred. Replace the batteries if necessary. Repeat the measurement.
«Err 5»	**Abnormal result**	The measuring signals are inaccurate and no result can therefore be displayed. Read through the checklist for performing reliable measurements and then repeat the measurement.
«HI»	**Pulse or cuff pressure too high**	The pressure in the cuff is too high (over 300 mmHg) OR the pulse is too high (over 200 beats per minute). Relax for 5 minutes and repeat the measurement.
«LO»	**Pulse too low**	The pulse is too low (less than 40 beats per minute). Repeat the measurement.

Important facts about AFIB and Blood Pressure

What is Atrial Fibrillation (AFIB)?

Normally, your heart contracts and relaxes to a regular beat. Certain cells in your heart produce electrical signals that cause the heart to contract and pump blood. Atrial fibrillation occurs when rapid, disorganized electrical signals are present in the heart's two upper chambers, called the atria, causing them to contract quickly fast and irregularly (this is called fibrillation). Atrial fibrillation is the most common form of heart arrhythmia or irregular heart beat. You can live with atrial fibrillation, but it can lead to other rhythm problems, chronic fatigue, heart failure and —worst of all — a stroke. You'll need a doctor to help you control the problem.

How does AFIB impact my family or myself?

One in every six strokes are AFIB-related. Whilt individuals above the age of 65 are more likely to have AFIB, individuals as young as 40 can exhibit AFIB. Early diagnosis can help reduce the risk of a stroke.

WatchBP Home S provides a convenient way to screen for AFIB

Knowing your blood pressure and knowing whether or not you or your family members have AFIB can help reduce the risk of stroke. WatchBP Home S provides a convenient way to screen for AFIB whilt taking your blood pressure.

Risk Factors You Can Control

High blood pressure and AFIB are both considered 'controllable' risk factors for strokes. Knowing your blood pressure and knowing whether or not you have AFIB is the first step in proactive stroke prevention.

Important facts about AFIB and Blood Pressure

Evaluating blood pressure data

The table on right classifies blood pressure data for adults in accordance to the guidelines of the European Society of Hypertension (ESH) in 2007. Data in mmHg.

The higher value is the one that determines the evaluation. Example: a readout value between **150/85** or **120/98** mmHg indicates «Grade 1 Hypertension».

Category	Systolic	Diastolic
Optimal	**< 120**	**< 80**
Normal	**120 - 129**	**80 - 84**
High normal	**130 - 139**	**85 - 89**
Grade 1 Hypertension	**140 - 159**	**90 - 99**
Grade 2 Hypertension	**160 - 179**	**100 - 109**
Grade 3 Hypertension	≥ **180**	≥ **110**
Isolated Systolic Hypertension	≥ **140**	**< 90**

Technical specifications

Operating temp.:	• 10 - 40 °C / 50 - 104 °F • 15 - 90 % relative maximum humidity
Storage temp.:	• -20 °C to 55 °C / -4 °F to 131 °F • 15 - 90 % relative maximum humidity
Weight:	• 412 g (including batteries)
Dimensions:	• 154 x 94 x 40 mm
Measuring Method:	• Oscillometric
Measurement range:	• 30 - 280 mmHg – blood pressure • 40 - 200 beats per minute – pulse
Cuff pressure display:	• Range: 0 - 299 mmHg • Resolution: 1 mmHg • Static accuracy: pressure within ± 3 mmHg or 2% of the reading above 200 mmHg • Pulse accuracy: ± 5 % of the readout value
Voltage source:	• 4 x 1.5 V alkaline batteries; size AA • Mains adapter DC 6V, 600 mA (optional)
Reference to standards:	Device corresponds to the requirements of the standard for non-invasive blood pressure monitor: EN 1060-1 EN 1060-3 EN 1060-4 IEC 60601-1 IEC 60601-1-2
Electromagnetic compatibility	Device fulfills the stipulations of the standard IEC 60601-1-2 The stipulations of the EU Directive 93/42/EEC for Medical Devices Class IIa have been fulfilled.

CE 0044

Microlife reserves the right to alter technical specifications without prior written notice.



Microlife AG, Espenstrasse 139
9443 Widnau, Switzerland

WatchBP® home S

Guarantee card

This device is covered by a five-year guarantee from the date of purchase. This guarantee is valid only on presentation of the guarantee card completed by the owner confirming date of purchase or purchase receipt. Batteries, cuff and wearing parts are not covered by this guarantee.

Name: ______________________________

Address: ______________________________

____

Date: ______________________________

Telephone: ______________________________

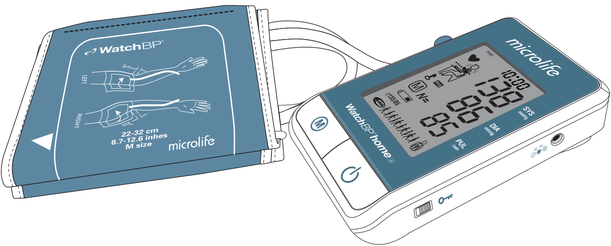
Email: ______________________________



Product: WatchBP Home S

Product Number: BP3MX1-5

Date:



Europe / Middle-East / Africa
Microlife AG
Espenstrasse 139
9443 Widnau, Switzerland
Tel. +41 71 727 7000
Fax +41 71 727 7011
Email: watchbp@microlife.ch
www.watchbp.com

Asia
Microlife Corporation
9F, 431, RuiGang Road, NeiHu
Taipei, 114, Taiwan, R.O.C.
Tel. +886 2 8797 1288
Fax.+886 2 8797 1283
Email: watchbp@microlife.com.tw
www.watchbp.com

North / Central / South America
Microlife Medical Home Solutions, Inc.
2801 Youngfield St., Suite 241
Golden, CO 80401, USA
Tel. +1 303 274 2277
Fax +1 303 274 2244
Email: info@mimhs.com
www.watchbp.com





Type BF applied part


Read the instructions carefully before using this device.

IB WatchBP Home S 3MX1-5 0510

WatchBP® home S

Met de WatchBP Home S wordt controleren op AFIB en hypertensie eenvoudig en gemakkelijk.



Gebruiksaanwijzing

NL

microlife®

Microlife WatchBP Home S is wereldwijd het toonaangevende digitale bloedrukmetingsapparaat voor vroegtijdige detectie van boezemfibrilleren (AFIB) en hypertensie. Boezemfibrilleren en hypertensie zijn de twee belangrijkste factoren voor hartziekten en beroerten, die het risico op het krijgen van een beroerte of hartziekte verhogen. Het is belangrijk dat AFIB en hypertensie in een vroeg stadium worden herkend, zelfs als u geen symptomen ervaart. De juiste behandeling kan het risico dat u een beroerte krijgt, verlagen. Het is daarom aan te bevelen dat u uw arts bezoekt als de WatchBP Home S een signaal voor boezemfibrilleren afgeeft tijdens uw bloeddrukmeting. De nauwkeurigheid van het AFIB-detectiesysteem van Microlife is klinisch onderzocht door meerdere prominente klinisch onderzoekers. Uit dit onderzoek is gebleken dat het apparaat zeer betrouwbaar is. [1,2]

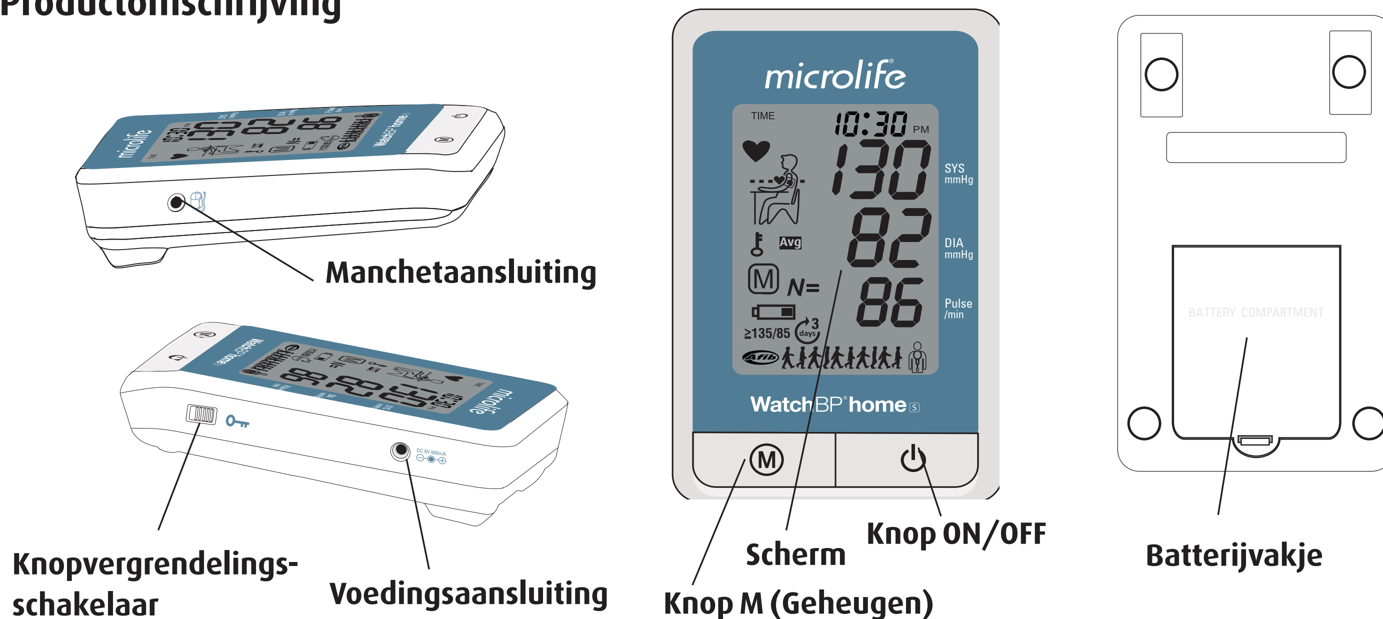
[1] *Stergiou GS, Karpettas N, Protogerou A, Nasothimiou EG en Kyriakidis M. Diagnostic accuracy of a home blood pressure monitor to detect atrial fibrillation. J Hum Hyperten 2009; 1–5*

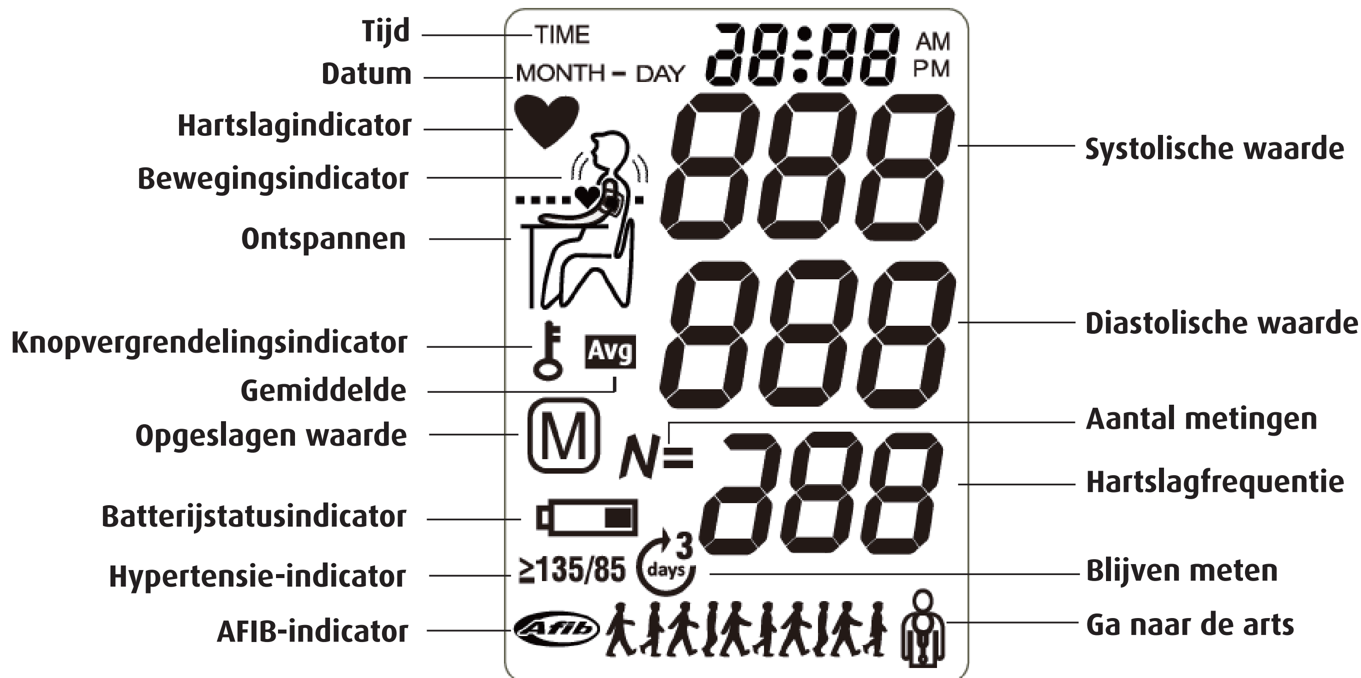
[2] *Wiesel J, Fitzig L, Herschman Y en Messineo FC Detection of Atrial Fibrillation Using a Modified Microlife Blood Pressure Monitor. Am J Hypertens 2009; 848–852*

Inhoudsopgave

Voordat u de WatchBP Home S de eerste keer gebruikt

Productomschrijving

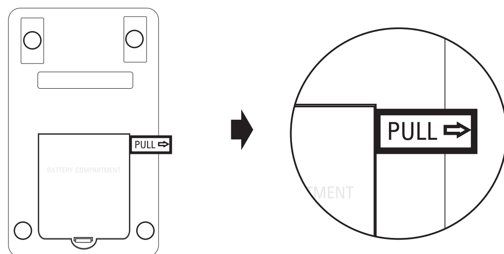



Tijd
Datum
Hartslagindicator
Bewegingsindicator
Ontspannen
Knopvergrendelingsindicator
Gemiddelde
Opgeslagen waarde
Batterijstatusindicator
Hypertensie-indicator
AFIB-indicator
TIME
MONTH - DAY
AM
PM
Avg
M
N=
≥135/85
3
days
Afib
Systolische waarde
Diastolische waarde
Aantal metingen
Hartslagfrequentie
Blijven meten
Ga naar de arts

Voordat u de WatchBP Home S de eerste keer gebruikt

Het apparaat inschakelen

Trek het beschermstrookje uit het batterijvak.



Uw meter instellen

1) **Stel het jaar in** – Als u de beschermstrook verwijdert of nieuwe batterijen plaatst, gaat de jaaraanduiding op het display knipperen. Gebruik de knop M om het jaar te kiezen. Druk op de knop ON/OFF om uw keuze te bevestigen.

Druk op de knop ON/OFF om dit te bevestigen

Druk op de knop M om de keuze te maken



2) **Stel de maand in** – Gebruik de knop M om de maand in te stellen. Druk op de knop ON/OFF om dit te bevestigen.



3) **Stel de dag in** – Druk op de knop M om de dag in te stellen. Druk op de knop ON/OFF om dit te bevestigen.



4) **Stel de tijd in –** Als de uren en minuten zijn ingesteld en op de knop ON/OFF wordt gedrukt, worden de datum en tijd ingesteld en de huidige tijd wordt getoond.





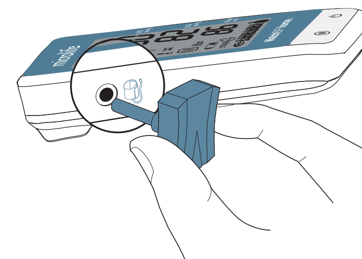


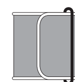
5) Om de datum en tijd te veranderen, haalt u even een batterij uit het batterijvak en plaatst u deze weer terug. De jaaraanduiding knippert. Rond de procedure af zoals hierboven beschreven.

De juiste manchet kiezen

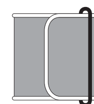
De WatchBP Home S bloeddrukmeter wordt geleverd met verschillende manchetmaten. Neem contact op met Microlife als u denkt dat de manchet, die bij uw apparaat is geleverd, niet past.

Gebruik alleen manchetten van Micolife!





M (Medium)
22 - 32 cm
M is voor de meeste mensen de juiste maat.



L (Large)
32 - 42 cm

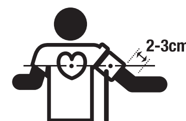
Meten met de WatchBP Home S

1) Voor de meting – Verricht geen metingen direct na het eten, drinken of roken. Zet een stoel en een tafel klaar voor de meting. De stoel moet een verticale rugleuning hebben en de tafel moet een zodanige hoogte hebben dat u uw bovenarm op dezelfde hoogte als uw hart kunt laten rusten. U moet minstens 5 minuten vóór de meting gaan zitten en zich ontspannen.

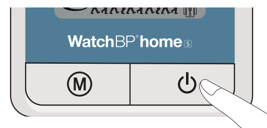


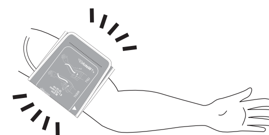



2) De manchet aanbrengen – Verwijder alle kleding aan de arm die wordt gemeten. Breng de manchet nauwsluitend aan rond de arm, maar niet te strak. De manchet dient 2-3 cm boven de elleboog te worden aangebracht met de slang aan de binnenkant van de arm. Houd de arm tijdens de meting op dezelfde hoogte als het hart.

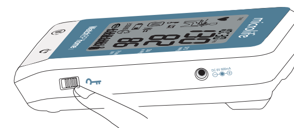


3) De meting starten – Druk op de knop ON/OFF om de meting te starten. De manchet wordt automatisch opgeblazen.

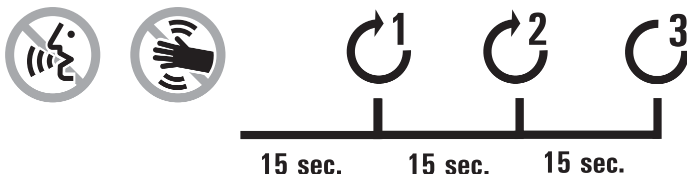




* *Voordat u op de knop ON/OFF drukt, dient u te controleren of de knopvergrendeling ontgrendeld is. Schakel de vergrendeling na gebruik in om te voorkomen dat de knoppen per ongeluk worden geactiveerd.*



4) Automatische drievoudige meting – De WatchBP Home S neemt automatisch drie opeenvolgende metingen, met een interval van 15 seconden. Omdat de bloeddruk voortdurend fluctueert, is het resultaat van een drievoudige meting betrouwbaarder dan het resultaat van een enkele meting. Tijdens het meten mag u niet bewegen, uw benen kruisen of uw armspieren spannen. U dient rustig adem te halen en niet te spreken.



- *De laatste drie metingen worden opgeslagen voor toekomstige referentie. Zie op pagina 11 "Het bekijken van metingen".*

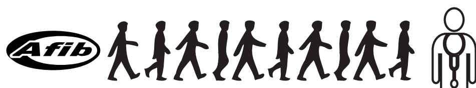
5) De meting voltooien– Nadat de drie metingen voltooid zijn, worden de gemeten gegevens automatisch gemiddeld en weergegeven.

6) Meetgegevens opslaan - WatchBP Home S slaat het gemiddelde van de 3 opeenvolgende metingen automatisch op, samen met de datum en tijd. In totaal kunnen 30 gemiddelde-metingen tegelijkertijd bewaard worden. Als het geheugen vol is, wordt de oudste meting automatisch overschreven door de nieuwste meting.

- *Als een van de individuele metingen twijfelachtig is, wordt automatisch een vierde meting verricht.*
- *Als de start/stop-knop wordt ingedrukt tijdens het aftellen, begint deze direct met de meting. Als de start/stop-knop wordt ingedrukt tijdens de meting, zal de meting worden beëindigd; de waarde of gemiddelde waarden van de metingen worden weergegeven.*

Uiterlijk van de AFIB-indicator en de hypertensie-indicator

1)AFIB-indicator – Dit apparaat detecteert boezemfibrilleren (AFIB). Als tijdens de bloeddrukmeting sprake is van AFIB, wordt de AFIB-indicator weergegeven. **Het wordt ten zeerste aanbevolen na een uur een aanvullende meting te verrichten om de specificiteit van de detectie te vergroten.** De animatie 'Ga naar de arts' wordt weergegeven om u eraan te herinneren uw arts te bezoeken voor verder onderzoek.



**Soms detecteert het apparaat boezemfibrillleren terwijl dit niet plaats vindt. Dit kan voorkomen als de arm tijdens het meten beweegt of een ander ritmeprobleem optreedt. Houd de arm stil tijdens het meten. Een bezoek aan uw arts met dit apparaat kan noodzakelijk zijn om ritmeproblemen te controleren.*

**Dit apparaat detecteert mogelijk geen boezemfibrilleren bij personen met een pacemaker of defibrillator.*

2) Hypertensie-indicator–De hypertensie-indicator wordt weergegeven als het gemiddelde van de bloeddrukmetingen hoger dan of gelijk is aan het afsnijpunt 135/85mmHg voor systolische en diastolische bloeddruk.De indicator wordt weergegeven bij drie verschillende omstandigheden:

(1) Zowel de systolische als de diastolische bloeddruk is hoger dan of gelijk aan 135/85mmHg.

(2) De systolische bloeddruk is hoger dan of gelijk aan 135mmHg.

(3) De diastolische bloeddruk is hoger dan of gelijk aan 85mmHg.

≥135/85	≥135/	≥ /85
SYS >=135 mmHg, DIA >=85 mmHg	**SYS >=135 mmHg, DIA <85 mmHg**	**SYS <135 mmHg, DIA >=85 mmHg**

3) Indicator 'Blijven meten' – Als het gemiddelde van de bloeddrukmetingen hoger dan of gelijk is aan het afsnijpunt 135/85mmHg voor systolische en diastolische bloeddruk, wordt het symbool 'Blijven meten' (3 days) weergegeven, samen met de hypertensie-indicator om u eraan te herinneren een aanvullende driedaagse meetcyclus te verrichten om de hoogte van uw bloeddruk zo nauwkeurig mogelijk vast te stellen. Een aanvullende driedaagse meetcyclus wordt ten zeerste aanbevolen om het gebruikelijke bloeddrukniveau te bepalen bij weergave van de indicator 'Blijven meten'. Deel de WatchBP Home S niet met anderen tijdens de driedaagse meetcyclus.

≥135/85 ≥135/ ≥ /85 3 days

4) Indicator 'Ga naar de arts' – Als het driedaagse gemiddelde van de bloeddruk nog steeds hoger is dan 135/85mmHg, voor wat betreft de systolische bloeddruk of de diastolische bloeddruk, wordt de animatie 'Ga naar de arts' weergegeven. Dit gebeurt als de knop M wordt ingedrukt om de metingen op te roepen. Deze animatie herinnert u eraan om uw arts te bezoeken.

Avg

≥135/85 ≥135/ ≥ /85

- *De 3 dagen hoeven geen 3 achtereenvolgende dagen te zijn.*
- *Bij hypertensiecontrole wordt de animatie 'Ga naar de arts' alleen weergegeven als de driedaagse meetcyclus voltooid is.*

Het bekijken en verwijderen van metingen

Metingen bekijken

1) Als op de knop M wordt gedrukt, wordt het totale aantal opgeslagen metingen getoond (bijvoorbeeld N=28), onmiddellijk daarna gevolgd door het totale aantal metingen met AFIB en daarna het gemiddelde van alle metingen. Elke gemiddelde waarde kan worden bekeken door herhaaldelijk op de knop M te drukken.



Totaalaantal waarden · **Totaalaantal waarden met AFIB** · **Gemiddelde**

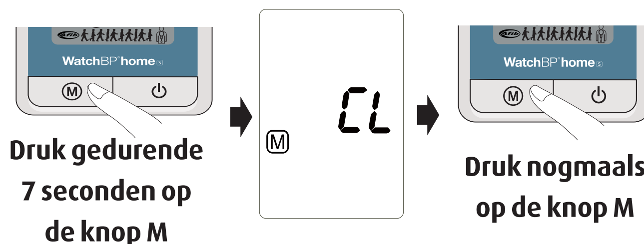
2) De laatste drie afzonderlijke metingen kunnen worden weergegeven door de knop M ingedrukt te houden tot een "1" verschijnt op het scherm. De meetwaarden worden achtereenvolgens weergegeven.

Meetwaarden wissen

Voordat u gegevens verwijdert, moet u controleren dat de meetgegevens niet vereist zijn. Als uw bloeddrukwaarden te hoog zijn, of als uw waarden wijzen op boezemfibrilleren, wordt geadviseerd uw bloeddrukwaarden te laten zien aan uw arts.

1) Druk op de knop M en houd deze 7 seconden ingedrukt totdat het symbool voor wissen verschijnt **CL**.

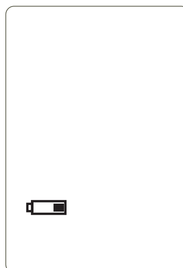
2) Laat de knop M los en druk deze nog een keer in. Hierdoor worden alle metingen verwijderd.



Druk gedurende 7 seconden op de knop M · **Druk nogmaals op de knop M**

Batterijen en voedingsadapter

Batterij-indicator



Als de batterijen nog ¼ van hun oorspronkelijke lading hebben, knippert het batterijsymbool elke keer als het apparaat wordt ingeschakeld. Als het batterijsymbool verschijnt, dient u nieuwe batterijen te plaatsen.

Nieuwe batterijen plaatsen

Als de batterijen moeten worden vervangen, knippert het batterijsymbool elke keer als het apparaat wordt ingeschakeld.

1) Open het batterijvak aan de achterzijde van het apparaat.
2) Vervang de batterijen (let op de juiste positie zoals aangegeven door de symbolen in het batterijvak).

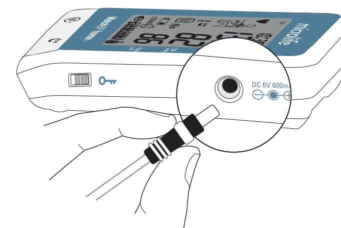
- *Gebruik vier nieuwe AA-batterijen van 1,5V met een lange levensduur.*
- *Gebruik geen batterijen waarvan de gebruiksdatum is verstreken.*
- *Verwijder de batterijen als u het apparaat gedurende lange tijd niet gebruikt.*

Een voedingsadapter gebruiken

De WatchBP Home S kan ook worden gebruikt in combinatie met een voedingsadapter van Microlife (DC 6V, 600mA).

- *Gebruik alleen voedingsadapters van Microlife.*

1) Steek de adapterkabel in de voedingsaansluiting op de WatchBP Home S.
2) Steek de andere adapterstekker in een wandcontactdoos. Als de voedingsadapter is aangesloten, wordt de batterij niet gebruikt.



Veiligheid, verzorging, nauwkeurigheidstest en verwijderen

Veiligheid en bescherming

Dit apparaat mag alleen voor de doeleinden worden gebruikt die in dit boekje worden genoemd. Het apparaat bevat gevoelige onderdelen en moet voorzichtig worden behandeld. De fabrikant kan niet aansprakelijk worden gesteld voor schade veroorzaakt door onjuist gebruik.



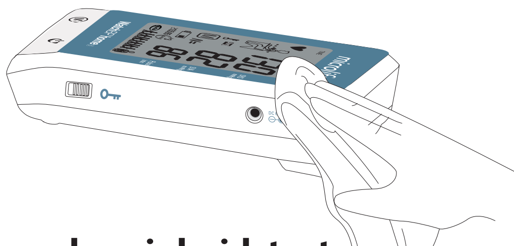
- Pas op dat kinderen het apparaat niet zonder toezicht gebruiken; sommige onderdelen zijn zo klein dat ze kunnen worden ingeslikt.
- Gebruik de pomp alleen als de manchet is bevestigd.
- Gebruik het apparaat niet als u denkt dat het beschadigd is of als u iets ongewoons bespeurt.
- Lees de verdere veiligheidsinstructies in de afzonderlijke gedeelten van de handleiding.

Neem de voorschriften voor opslag en gebruik in acht zoals beschreven onder “Technische gegevens” in deze handleiding.

	**Stel het apparaat niet bloot aan water of vocht**
	**Stel het apparaat niet bloot aan rechtstreekse zonnestraling**
	**Stel het apparaat niet bloot aan extreme hitte of kou**
	**Houd het apparaat uit de buurt van elektromagnetische velden, zoals die welke worden veroorzaakt door mobiele telefoons**
	**Maak het apparaat nooit open**
	**Stel het apparaat niet bloot aan schokken en laat het niet vallen**

Onderhoud

Maak het apparaat schoon met een zachte, droge doek.



Nauwkeurigheidstest

We adviseren om WatchBP Home S elke 2 jaar, of na een mechanische schok (bijv. na vallen) te laten controleren op nauwkeurigheid. Neem contact op met Microlife om een nauwkeurigheidstest af te spreken.

Onderhoud van de manchet

De manchet NIET WASSEN. De hoes van de manchet NIET strijken.



De manchet niet wassen!



De manchet niet strijken!

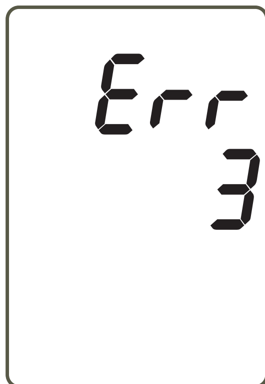
Verwijderen



Batterijen en elektronische instrumenten moeten worden verwijderd met inachtneming van de plaatselijk geldende voorschriften en mogen niet als huisvuil worden behandeld.

Foutmeldingen

Indien er tijdens het meten een fout optreedt, wordt de meting onderbroken en wordt de foutmelding «Err» getoond.



- *Neem contact op met het servicecentrum van Microlife als dit probleem of een ander probleem zich herhaaldelijk voordoet.*
- *Bent u van mening dat de resultaten ongewoon zijn, lees deze handleiding dan aandachtig door.*

Fout	**Omschrijving**	**Mogelijke oorzaak en oplossing**
«**Err 1**»	**Signaal te zwak**	De polssignalen van de manchet zijn te zwak. Verander de positie van de manchet en herhaal de meting.
«**Err 2**»	**Foutsignaal**	Tijdens de meting zijn foutsignalen gedetecteerd door de manchet, bijvoorbeeld als gevolg van een beweging of het aanspannen van een spier. Herhaal de beweging, en zorg dat de arm stil wordt gehouden.

«**Err 3**»	**Geen druk in de manchet**	Er kan geen juiste druk in de manchet worden opgebouwd. Wellicht is er sprake van een lek. Vervang zonodig de batterijen. Herhaal de meting.
«**Err 5**»	**Abnormaal resultaat**	De meetsignalen zijn niet accuraat waardoor er geen resultaat kan worden getoond. Raadpleeg de checklist voor het doen van betrouwbare metingen en herhaal de meting.

«**HI**»	**Polsfrequentie of manchet-druk te hoog**	De druk in de manchet is te hoog (meer dan 300 mmHg) OF de polsfrequentie is te hoog (meer dan 200 slagen per minuut). Laat de patiënt zich 5 minuten ontspannen en herhaal daarna de meting.
«**LO**»	**Polsfrequentie te laag**	De polsfrequentie is te laag (minder dan 40 slagen per minuut). Herhaal de meting.

Belangrijke feiten met betrekking tot boezemfibrilleren en bloeddruk

Wat is boezemfibrilleren (AFIB)?

Gewoonlijk trekt uw hart zich in een regelmatige slag samen en ontspant zich. Bepaalde cellen in uw hart produceren elektrische signalen, waardoor het hart samentrekt en bloed rondpompt. Boezemfibrilleren treedt op als snelle, ongeorganiseerde elektrische signalen aanwezig zijn in de 2 bovenste holtes, de boezems, waardoor ze snel en onregelmatig samentrekken (dit wordt fibrilleren genoemd). Boezemfibrilleren is de meest voorkomende vorm van hartaritmie of onregelmatige hartslag. U kunt met boezemfibrilleren leven, maar het kan leiden tot andere ritmeproblemen, chronische vermoeidheid, hartfalen en in het ergste geval ook tot een beroerte. U hebt een arts nodig om het probleem te beheersen.

Welke invloed heeft boezemfibrilleren op mijn gezin en mijzelf?

Eén op de zes beroertes houdt verband met boezemfibrilleren. Hoewel personen ouder dan 65 jaar meer kans hebben op boezemfibrilleren, kunnen ook personen van 40 jaar hieraan lijden. Een vroegtijdige diagnose helpt om het risico op een beroerte te verlagen.

WatchBP Home S biedt een comfortabele manier om te controleren op boezemfibrilleren

Het risico op een beroerte kan ook worden verlaagd als u uw bloeddruk weet en weet of u of uw familieleden lijden aan boezemfibrilleren. WatchBP Home S biedt een comfortabele manier om te controleren op boezemfibrilleren, terwijl u uw bloeddruk meet.

Risicofactoren waar u invloed op hebt

Hoge bloeddruk en boezemfibrilleren worden gezien als beheersbare risicofactoren voor beroertes. Het weten van uw bloeddruk en of uw al dan niet boezemfibrilleren hebt, is de eerste stap in een proactieve preventie van beroertes.

Belangrijke feiten met betrekking tot boezemfibrilleren en bloeddruk

Bloeddrukwaarden evalueren

De tabel aan de rechterkant geeft de bloeddrukwaarden voor volwassenen, overeenkomstig de richtlijnen van de European Society of Hypertension (ESH) in 2007. De gegevens zijn in mmHg.

De hoge waarde is de waarde die doorslaggevend is bij de evaluatie. Voorbeeld: een waarde tussen **150/85** en **120/98** mmHg staat voor «Klasse 1 hypertensie».

Categorie	Systolisch	Diastolisch
Optimaal	**< 120**	**< 80**
Normaal	**120 - 129**	**80 - 84**
Hoog normaal	**130 - 139**	**85 - 89**
Klasse 1 hypertensie	**140 - 159**	**90 - 99**
Klasse 2 hypertensie	**160 - 179**	**100 - 109**
Klasse 3 hypertensie	≥ **180**	≥ **110**
Geïsoleerde systolische hypertensie	≥ **140**	**< 90**

Technische gegevens

Bedrijfstemp.:
- 10 - 40 °C / 50 - 104 °F
- 15 - 90 % relatieve maximale vochtigheid

Opslagtemp.:
- -20 °C tot 55 °C / -4 °F tot 131 °F
- 15 - 90 % relatieve maximale vochtigheid

Gewicht:
- 412 g (inclusief batterijen)

Afmetingen:
- 154 x 94 x 40 mm

Meetmethode:
- Oscillometrisch

Meetbereik:
- 30 - 280 mmHg – bloeddruk
- 40 - 200 slagen per minuut – pols

Weergave manchetdruk:
- Bereik: 0 - 299 mmHg
- Resolutie: 1 mmHg
- Statische nauwkeurigheid: druk binnen ± 3 mmHg of 2% van de waarde boven 200 mmHg
- Polsslagnauwkeurigheid: ± 5% van de uitleeswaarde

Spanningsbron:
- 4 x 1,5 V alkalinebatterijen; formaat AA
- Voedingsadapter DC 6V, 600 mA (optioneel)

Verwijzing naar normen:
Apparaat voldoet aan de eisen voor de norm voor niet-invasieve bloeddrukmonitors:

EN 1060-1

EN 1060-3

EN 1060-4

IEC 60601-1

IEC 60601-1-2

Electromagnetische compatibiliteit
Apparaat voldoet aan het bepaalde in de richtlijn IEC 60601-1-2

CE 0044

Er is voldaan aan het bepaalde in de EU-richtlijn 93/42/EEC voor medische apparaten, klasse IIa.

Microlife behoudt zich het recht voor, technische gegevens zonder voorafgaande schriftelijke mededeling te wijzigen.



Microlife AG, Espenstrasse 139
9443 Widnau, Zwitserland

WatchBP® home S

Garantiekaart

Op dit apparaat wordt vijf jaar garantie verleend, gerekend vanaf de aankoopdatum. Deze garantie wordt alleen verleend indien de eigenaar de garantiekaart met daarop de aankoopdatum, of de garantiekaart samen met de aankoopbon kan overleggen. Batterijen, de manchet en slijtende onderdelen vallen niet onder de garantie.

Naam: ____________________

Adres: ____________________

____

Datum: ____________________

Telefoon: ____________________

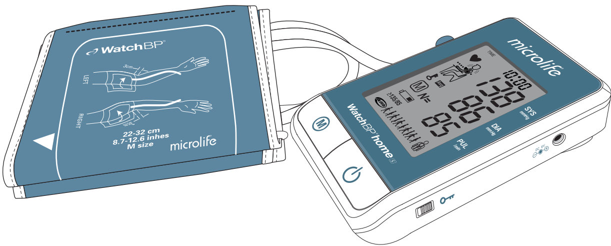
E-mail: ____________________



Product: WatchBP Home S

Productnummer: BP3MX1-5

Datum:



Europa / Midden-Oosten / Afrika
Microlife AG
Espenstrasse 139
9443 Widnau, Zwitserland
Tel. +41 71 727 7000
Fax +41 71 727 7011
Email: watchbp@microlife.ch
www.watchbp.com

Azië
Microlife Corporation
9F, 431, RuiGang Road, NeiHu
Taipei, 114, Taiwan, R.O.C.
Tel. +886 2 8797 1288
Fax.+886 2 8797 1283
E-mail: watchbp@microlife.com.tw
www.watchbp.com

Noord- / Centraal / Zuid-Amerika
Microlife Medical Home Solutions, Inc.
2801 Youngfield St., Suite 241
Golden, CO 80401, V.S.
Tel. +1 303 274 2277
Fax +1 303 274 2244
Email: info@mimhs.com
www.watchbp.com





Type BF applied part


Lees de instructies zorgvuldig door, voordat u dit apparaat gebruikt.

IB WatchBP Home S 3MX1-5 0510

microlife

WatchBP® home S

WatchBP Home S hace que el control de la fibrilación auricular (FA) y de la hipertensión sea sencillo y cómodo.



Manual de Instrucciones

ES

microlife®

Microlife WatchBP Home S es el tensiómetro digital líder del mundo para la detección precoz de la fibrilación auricular (FA) y de la hipertensión. Son los dos principales factores de riesgo de enfermedades cardíacas o infarto que incrementan el riesgo de sufrir una enfermedad cardíaca o un infarto en el futuro. Es importante la detección precoz de la FA y de la hipertensión, aunque no presente ningún síntoma. Por esta razón, se recomienda que acuda a su médico en caso de que WatchBP Home S emita una señal de FA durante la medición de su presión arterial.
El algoritmo de FA ha sido investigado clínicamente por diversos investigadores clínicos de prestigio demostrando que el tensiómetro detecta a pacientes con FA con un acierto de 97-100%. [1,2]

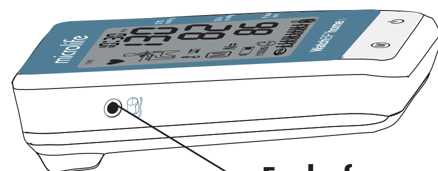
[1] *Stergiou GS, Karpettas N, Protogerou A, Nasothimiou EG, & Kyriakidis M. Diagnostic accuracy of a home blood pressure monitor to detect atrial fibrillation. J Hum Hyperten 2009; 1–5*

[2] *Wiesel J, Fitzig L, Herschman Y, & Messineo FC Detection of Atrial Fibrillation Using a Modified Microlife Blood Pressure Monitor. Am J Hypertens 2009; 848–852*

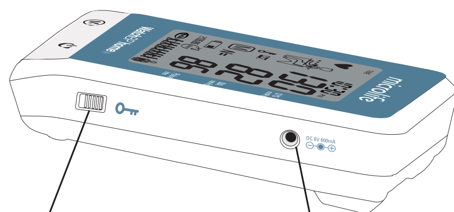
Índice

Antes de usar WatchBP Home S por primera vez

Descripción del producto

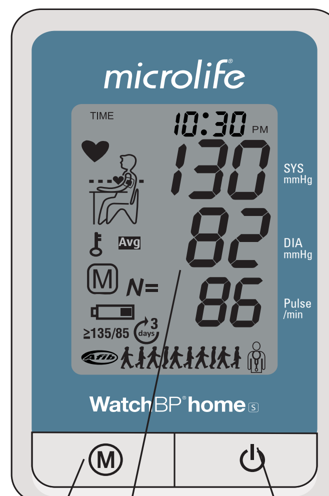


Enchufe para brazalete



Interruptor de bloqueo de botones

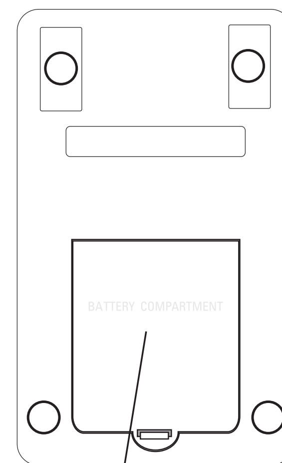
Enchufe para toma de corriente



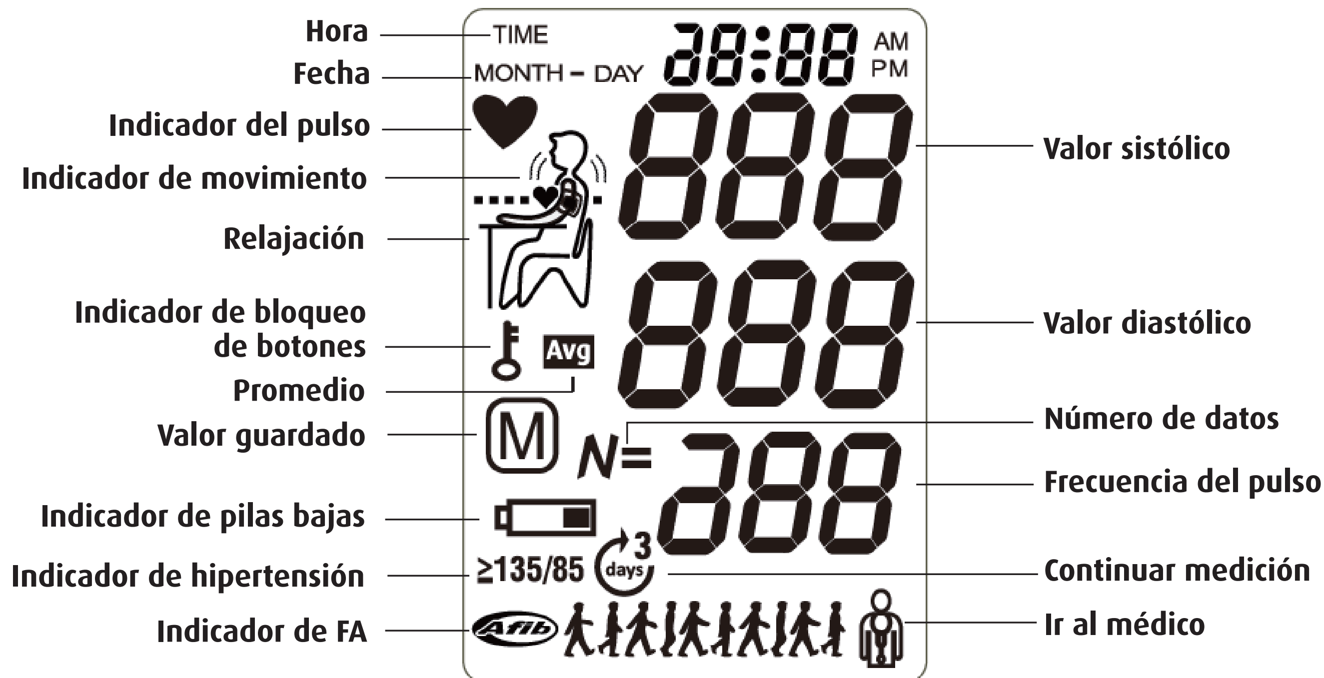
Pantalla

Botón de Encendido/Apagado

Botón M (Memoria)



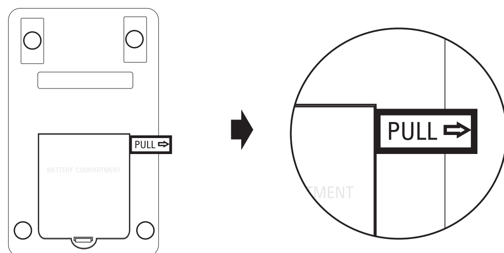
Compartimento de pilas


Hora
Fecha
Indicador del pulso
Indicador de movimiento
Relajación
Indicador de bloqueo de botones
Promedio
Valor guardado
Indicador de pilas bajas
Indicador de hipertensión
Indicador de FA
TIME
MONTH - DAY
AM
PM
Avg
M
N=
≥135/85
3
days
Afib
Valor sistólico
Valor diastólico
Número de datos
Frecuencia del pulso
Continuar medición
Ir al médico

Antes de usar WatchBP Home S por primera vez

Activar el dispositivo

Retire la tira protectora del compartimento de pilas.

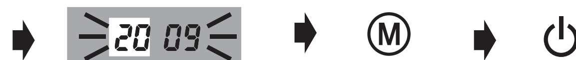


Ajustes del tensiómetro

1) **Ajustar el año** – Después de retirar la tira protectora o de instalar pilas nuevas, el número del año parpadeará en la pantalla. Pulse el botón M para ajustar el año. Pulse el botón de Encendido/Apagado para confirmar su selección.

Pulse el botón de Encendido/Apagado para confirmar

Pulse el botón M para seleccionar



2) **Ajustar el mes** – Pulse el botón M para ajustar el mes. Pulse el botón de Encendido/Apagado para confirmar.



3) **Ajustar el día** – Pulse el botón M para ajustar el día. Pulse el botón de Encendido/Apagado para confirmar.



4) **Ajustar la hora –** Una vez ajustados la hora y los minutos y pulsado el botón de Encendido/Apagado, la fecha y la hora están puestas y se visualizará la hora actual.



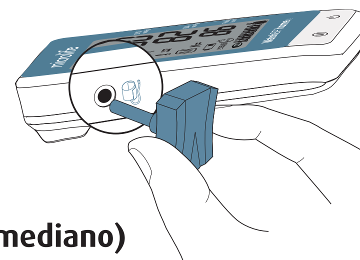




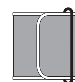
5) Si desea cambiar la fecha y la hora, extraiga brevemente una pila del compartimento de pilas y vuelva a colocarla. Parpadeará el número del año. Finalice el procedimiento tal como se ha descrito anteriormente.

Seleccionar el brazalete correcto

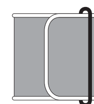
El dispositivo WatchBP Home S está disponible con diferentes tamaños de brazalete. Si cree que el tamaño de brazalete suministrado con su dispositivo es incorrecto, por favor, póngase en contacto con Microlife.



¡por favor, use únicamente brazaletes Microlife!



M (tamaño mediano)
22 - 32 cm (8.75 - 12.5 pulgadas)
M es el tamaño correcto para la mayoría de la gente.



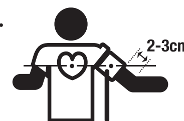
L (tamaño grande)
32 - 42 cm (12.5 - 16.5 pulgadas)

Tomar mediciones usando WatchBP Home S

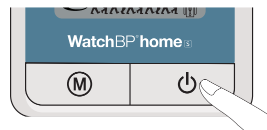
1) **Antes de la medición –** Evite tomar mediciones directamente después de comer, beber o fumar. Prepare una silla y una mesa para la medición. La silla debe tener un respaldo vertical y la mesa debe permitirle colocar el brazo a la altura del corazón. Siéntese y relájese durante al menos 5 minutos antes de tomar la medición.

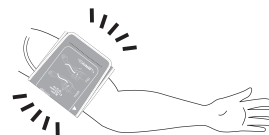


2) **Ajuste del brazalete –** Quite cualquier prenda que comprima el brazo en el que va a efectuar la medición. Ajuste el brazalete alrededor del brazo de tal forma que quede ajustado, pero no demasiado apretado, y situado 2~3 cm por encima del codo, con el tubo en la parte interior del brazo. Durante la medición, mantenga el brazo a la altura del corazón.

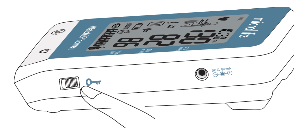


3) **Inicie la medición –** Pulse el botón de Encendido/Apagado para iniciar la medición. El brazalete se inflará automáticamente.

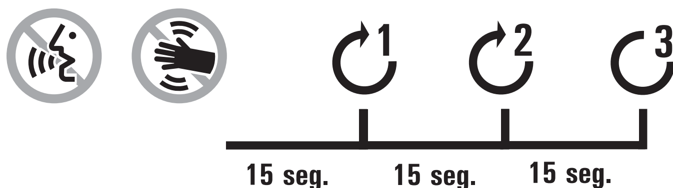




⁂ *Antes de pulsar el botón de Encendido/Apagado, compruebe que el interruptor de bloqueo de botones está desbloqueado. Después del uso, bloquéelo para evitar la activación accidental de los botones.*



4) Medición triple automática– WatchBP Home S toma automáticamente tres mediciones consecutivas en intervalos de 15 segundos. Debido a las constantes fluctuaciones de la presión sanguínea, un resultado determinado de esta manera es más fiable que el resultado de una sola medición. No se mueva, no cruce las piernas, ni tense los músculos de su brazo durante la medición. Respire normalmente y no hable.



Las tres últimas lecturas se guardan para futuras consultas. Véase la página 11 “ver lecturas”

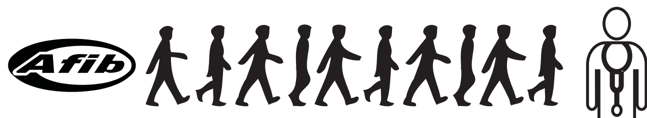
5) Al finalizar la medición – una vez finalizadas las tres lecturas, se calcula automáticamente el promedio de los datos medidos y se visualiza.

6) Almacenamiento de los datos de medición – WatchBP Home S almacena automáticamente el promedio de las 3 mediciones consecutivas, junto con la fecha y la hora. Se puede guardar un total de 30 lecturas promedio. Cuando esté llena la memoria, cada nueva lectura sobreescribirá automáticamente la lectura más antigua.

- *Si alguna de las mediciones individuales hubiese sido dudosa, se tomará automáticamente una cuarta.*
- *Si se pulsa el botón Start/Stop durante la cuenta atrás, la medición se iniciará inmediatamente; si se pulsa el botón Start/Stop durante la medición, terminará la medición; se visualizarán la lectura o las lecturas promedio de las mediciones.*

Aparición del Indicador de FA y del Indicador de Hipertensión

1) **Indicador de FA –** Este dispositivo es capaz de detectar la fibrilación auricular (FA). En caso de presencia de FA durante la medición de la presión arterial, se visualiza el indicador de FA . **Es altamente recomendable tomar una medición adicional una hora más tarde para aumentar la especificidad de la detección.** Se activa la animación Ir al Médico para recordarle que debe acudir al médico para someterse a exámenes adicionales.



2) **Indicador de Hipertensión –** El indicador de Hipertensión se visualiza si el promedio de lecturas de presión arterial (PA) es igual o superior al umbral de 135/85mmHg para las PA sistólica y diastólica.El indicador se visualiza en los tres casos siguientes:

(1) Tanto la PA sistólica como la diastólica son iguales o superiores a 135/85mmHg.

(2) La PA sistólica es igual o superior a 135mmHg.

(3) La PA diastólica es igual o superior a 85mmHg.

≥135/85	**≥135/**	**≥ /85**
SYS >=135 mmHg, DIA >=85 mmHg	**SYS >=135 mmHg, DIA <85 mmHg**	**SYS <135 mmHg, DIA >=85 mmHg**

Alguna vez, el dispositivo puede detectar fibrilación arterial aunque no exista. Esto puede ocurrir si se mueve el brazo durante la lectura o en caso de cualquier otro problema de ritmo. Mantenga quieto el brazo durante la medición. Dado el caso, acuda al médico llevando el tensiómetro para comprobar si existe algún problema de ritmo.

Este dispositivo puede no detectar la fibrilación auricular en personas con marcapasos o desfibriladores.

3) **Indicador Ir al Médico –** Si el promedio de los valores de presión arterial (PA) es igual o superior al umbral de 135/85mmHg para las PA sistólica y diastólica, se visualiza el símbolo Continuar Medición (3 days) junto al indicador de Hipertensión para recordarle que debe llevar a cabo otro período de mediciones de 3 días para una determinación óptima de su presión arterial. Es altamente recomendable llevar a cabo otro período de mediciones de 3 días para obtener el nivel habitual de la presión arterial si se visualiza el indicador Continuar Medición. No comparta WatchBP Home S con otras personas durante la sesión de mediciones de 3 días.

≥135/85 ≥135/ ≥ /85 3 days

4) **Indicador Ir al Médico –** Si el promedio de 3 días de la presión arterial sigue siendo superior a 135/85mmHg, ya sea de la PA sistólica o de la diastólica, se activa la animación Ir al Médico. Esto sucede al pulsar el botón M para consultar las lecturas. Sirve para recordarle que debe acudir al médico.

Avg

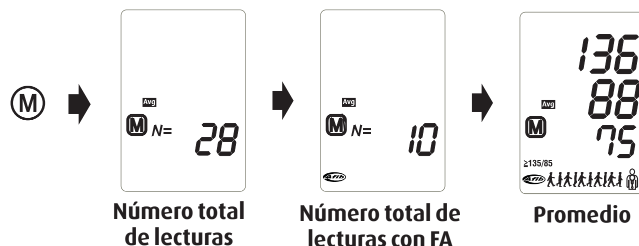
≥135/85 ≥135/ ≥ /85

- *Los 3 días no tienen que ser necesariamente 3 días consecutivos.*
- *En el control de hipertensión, la animación Ir al Médico se activa sólo cuando se ha completado la sesión de mediciones de 3 días.*

Visualizar y borrar lecturas

Ver lecturas

1) Pulsando el botón M se visualiza el número total de lecturas guardadas, por ejemplo, N=28, inmediatamente seguido por el número total de lecturas con FA y, después, el promedio de todas las lecturas. Cada lectura de promedio puede verse pulsando repetidamente el botón M.



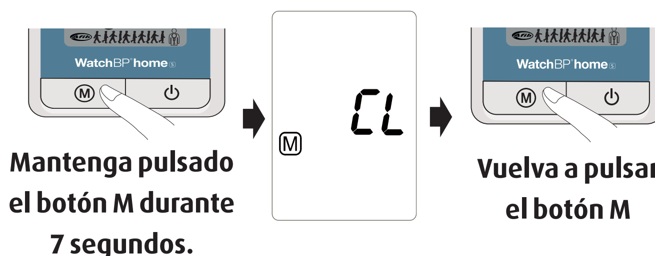
2) Para ver las tres últimas lecturas individuales, pulse y mantenga pulsado el botón M hasta que en la pantalla se visualice un "1". Los valores se visualizarán de forma secuencial.

Borrar lecturas

Antes de borrar datos, asegúrese de que ya no se necesiten los datos de medición. Si sus valores de presión arterial son demasiado altos o si sus valores muestran FA, se recomienda que enseñe sus valores de presión arterial a su médico.

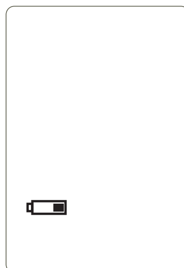
1) Pulse el botón M y manténgalo pulsado durante 7 segundos hasta que aparezca el símbolo de borrado CL.

2) Suelte el botón M y vuelva a pulsarlo una vez más. Esto borrará todas las lecturas.



Pilas y adaptador de corriente

Indicador de pilas



Cuando quede sólo una cuarta parte de la capacidad de las pilas, el símbolo de pilas parpadeará cada vez que se encienda el dispositivo. Cambie las pilas cuando aparezca el indicador de pilas.

Cambio de pilas

Cuando tengan que sustituirse las pilas, el símbolo de pilas parpadeará cada vez que se encienda el dispositivo.

1) Abra el compartimento de pilas situado en la parte posterior del dispositivo.
2) Reemplace las pilas – asegúrese de que la polaridad sea la correcta, tal como lo indican los signos en el compartimento.

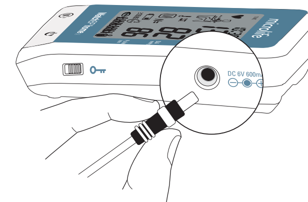
- *Utilice 4 pilas de tamaño AA de 1.5V, de larga vida.*
- *No utilice pilas caducadas.*
- *Extraiga las pilas si no va a usar el dispositivo durante un período prolongado.*

Uso de un adaptador de corriente

El tensiómetro WatchBP Home S también puede usarse con un adaptador de corriente Microlife (CC 6V, 600mA).

- *Utilice únicamente adaptadores de corriente de la marca Microlife.*

1) Enchufe el cable del adaptador en la toma de corriente del tensiómetro WatchBP Home S.
2) Inserte la clavija del adaptador en una caja de enchufe. Mientras esté conectado el adaptador de corriente, no se consume corriente de las pilas.



Seguridad, cuidado, prueba de precisión y eliminación

Seguridad y protección

Este dispositivo debe usarse únicamente para el fin descrito en este manual. El dispositivo comprende componentes sensibles y se debe tratar con cuidado. No se puede responsabilizar al fabricante de daños causados por el uso incorrecto.



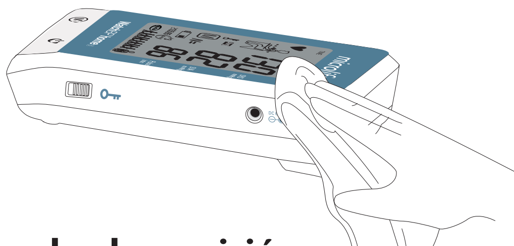
- Evite que el dispositivo sea usado por niños sin supervisión; algunas piezas son tan pequeñas que podrían ser tragadas.
- Accione la bomba sólo cuando esté colocado el brazalete.
- No use el dispositivo si cree que está dañado o si hay algo que le parezca inusual.
- Lea las instrucciones de seguridad adicionales descritas en los apartados individuales de este manual de instrucciones.

Tenga en cuenta las condiciones de conservación y de funcionamiento descritas en las “Especificaciones Técnicas” de este manual.

	**Proteja el dispositivo del agua y la humedad**
	**Proteja el dispositivo de la luz solar directa**
	**Proteja el dispositivo del calor y el frío extremos**
	**Evite la proximidad a campos electromagnéticos, como los producidos por teléfonos móviles**
	**No abra nunca el dispositivo**
	**Proteja el dispositivo contra impactos y caídas**

Cuidado del dispositivo

Limpie el dispositivo con un paño suave y seco.



Cuidado del brazalete

NO lave el brazalete. NO planche la funda del brazalete.



No lave el brazalete.



No planche el brazalete.

Prueba de precisión

Recomendamos someter el tensiómetro WatchBP Home S a una prueba de precisión cada 2 años o después de un impacto mecánico (p.ej., si se ha caído). Por favor, contacte con Microlife para concertar la prueba.

Eliminación de residuos

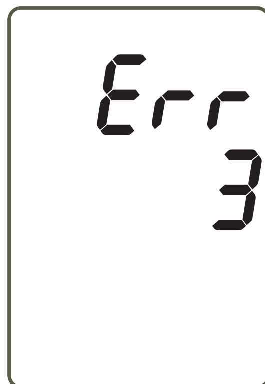


Las pilas y los instrumentos electrónicos han de eliminarse de acuerdo con las reglamentaciones locales aplicables y no como basura doméstica.

Mensajes de error

Si se produce un error durante la medición, se interrumpe la medición y se visualiza un mensaje de error «Err».

- *Por favor, contacte con su centro de servicio local de Microlife, si este o cualquier otro problema ocurre repetidamente.*
- *Si cree que los resultados son inusuales, por favor, lea detenidamente la información en este manual de instrucciones.*



Error	Descripción	Posible causa y remedio
«**Err 1**»	**Señal demasiado débil**	Las señales del pulso en el brazalete son demasiado débiles. Vuelva a colocar el brazalete y repita la medición.
«**Err 2**»	**Señal de error**	Durante la medición se han detectado señales de error por el brazalete, causadas, por ejemplo, por un movimiento o por la contracción de un músculo. Repita la medición manteniendo el brazo quieto.

«Err 3»	**No hay presión en el brazalete**	No se puede generar una presión adecuada en el brazalete. Se puede haber producido una fuga. Cambie las pilas si fuese necesario. Repita la medición.
«Err 5»	**Resultado anormal**	Las señales de medición son imprecisas y, por ello, no se puede visualizar ningún resultado. Lea la lista de chequeo para realizar mediciones fiables y repita la medición.

«HI»	**Pulso o presión de brazalete demasiado alto**	La presión en el brazalete es demasiado alta (superior a 300 mmHg) O BIEN el pulso es demasiado alto (más de 200 latidos por minuto). Relájese durante 5 minutos y repita la medición.
«LO»	**Pulso demasiado bajo**	El pulso es demasiado bajo (menos de 40 latidos por minuto). Repita la medición.

Datos importantes acerca de la FA y la presión arterial

¿Qué es la fibrilación auricular (FA)?

Normalmente, su corazón se contrae y se relaja con un latido regular. Ciertas células en su corazón producen señales eléctricas que hacen que el corazón se contraiga y bombee sangre. La fibrilación auricular ocurre en caso de la presencia de señales eléctricas rápidas, desorganizadas en las dos cámaras superiores del corazón, llamadas aurícula, que las hacen contraerse de forma rápida e irregular (lo que se llama fibrilación). La fibrilación auricular es la forma más común de arritmia cardíaca o latido cardíaco irregular. Podrá vivir con fibrilación auricular, pero puede causar otros problemas de ritmo, fatiga crónica, fallo cardíaco y - en el peor de los casos - un infarto. Necesitará ayuda médica para controlar el problema.

¿Qué impacto tiene la FA en mi familia o en mí mismo?

Uno de cada seis infartos está relacionado con la FA. Aunque la FA es más frecuente en personas mayores de 65 años, también puede aparecer en menores de 40 años.Un diagnóstico precoz puede ayudar a reducir el riesgo de sufrir un infarto.

WatchBP Home S permite un control cómodo de la FA

Conocer su presión arterial y si usted o algún miembro de su familia tiene FA puede ayudar a reducir su riesgo de sufrir un infarto. WatchBP Home S le permite llevar un control cómodo de la FA mientras está midiendo su presión arterial.

Factores de riesgo que le permite controlar

Tanto la presión arterial elevada como la FA se consideran factores de riesgo de infarto 'controlables'. Conocer su presión arterial y si tiene o no FA es el primer paso en la prevención proactiva de un infarto.

Datos importantes acerca de la FA y la presión arterial

Evaluación de los datos de presión arterial

La tabla a la derecha clasifica los datos de presión arterial para adultos de acuerdo con las directrices de la Sociedad Europea de Hipertensión (SEH) en 2007. Datos en mmHg.

El valor más elevado es el que determina la evaluación. Ejemplo: Un valor de lectura entre **150/85** ó **120/98** mmHg indica «Hipertensión grado 1».

Categoría	Sistólico	Diastólico
Óptima	**< 120**	**< 80**
Normal	**120 - 129**	**80 - 84**
Normal alta	**130 - 139**	**85 - 89**
Hipertensión grado 1	**140 - 159**	**90 - 99**
Hipertensión grado 2	**160 - 179**	**100 - 109**
Hipertensión grado 3	≥ **180**	≥ **110**
Hipertensión sistólica aislada	≥ **140**	**< 90**

Especificaciones técnicas

Temp. de operación:	• 10 - 40 °C / 50 - 104 °F • 15 - 90 % de humedad relativa máxima
Temp. de almacenamiento:	• -20 °C to 55 °C / -4 °F to 131 °F • 15 - 90 % de humedad relativa máxima
Peso:	• 412g (incluyendo las pilas)
Dimensiones:	• 154 x 94 x 40 mm
Método de medición:	• Oscilométrico
Rango de medición:	• 30 - 280 mmHg – presión arterial • 40 - 200 latidos por minuto – pulso
Indicación de presión de brazalete:	• Rango: 0 - 299 mmHg • Resolución: 1 mmHg • Precisión estática: presión dentro de ± 3 mmHg ó 2% de la lectura superior a 200 mmHg • Precisión del pulso: ± 5 % del valor medido
Fuente de corriente:	• 4 x pilas alcalinas de 1.5 V; tamaño AA • Adaptador de corriente C.C. 6V, 600 mA (opcional)
Referencia a normas:	El dispositivo cumple con los requisitos del estándar para tensiómetros no invasivos: EN 1060-1 EN 1060-3 EN 1060-4 IEC 60601-1 IEC 60601-1-2
Compatibilidad electromagnética	El dispositivo satisface las estipulaciones del estándar IEC 60601-1-2
CE 0044	Las estipulaciones de la Directiva UE 93/42/CEE para dispositivos médicos clase IIa se han cumplido.

Microlife se reserva el derecho de modificar las especificaciones técnicas sin notificación previa por escrito.



Microlife AG, Espenstrasse 139
9443 Widnau, Switzerland

WatchBP® home S

Tarjeta de garantía

Este dispositivo está cubierto por una garantía de cinco años a partir de la fecha de compra. Esta garantía sólo tiene validez si se presenta la tarjeta de garantía cumplimentada por el propietario confirmando la fecha de compra o el recibo de compra. Esta garantía no cubre las pilas, ni el brazalete ni las piezas de desgaste.

Nombre: ______________________________

Dirección: ______________________________

____

Fecha: ______________________________

Teléfono: ______________________________

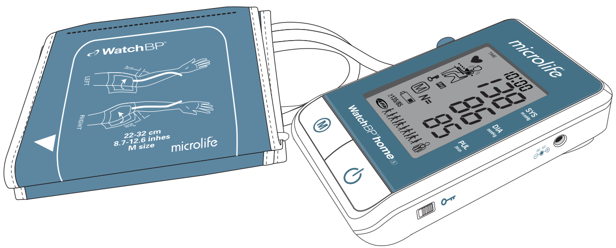
Email: ______________________________



Producto: WatchBP Home S

Número del producto: BP3MX1-5

Fecha:



Europa / Oriente Medio / África

Microlife AG
Espenstrasse 139
9443 Widnau, Switzerland
Tel. +41 71 727 7000
Fax +41 71 727 7011
Email: watchbp@microlife.ch
www.watchbp.com

Asia

Microlife Corporation
9F, 431, RuiGang Road, NeiHu
Taipei, 114, Taiwan, R.O.C.
Tel. +886 2 8797 1288
Fax.+886 2 8797 1283
Email: watchbp@microlife.com.tw
www.watchbp.com

Ámerica del Norte / Ámerica Central / Ámerica del Sur

Microlife Medical Home Solutions, Inc.
2801 Youngfield St., Suite 241
Golden, CO 80401, USA
Tel. +1 303 274 2277
Fax +1 303 274 2244
Email: info@mimhs.com
www.watchbp.com






Type BF applied part



Lea detenidamente las instrucciones antes de usar este dispositivo.

IB WatchBP Home S 3MX1-5 0510

microlife

WatchBP® home S

Η συσκευή WatchBP Home S κάνει τον έλεγχο για κολπική μαρμαρυγή και υπέρταση απλή και εύκολη



Οδηγίες χρήσης

EL ➜ 1

microlife®

Η συσκευή Microlife WatchBP Home S είναι η παγκοσμίως πρωτοποριακή ψηφιακή συσκευή μέτρησης της πίεσης του αίματος για την έγκαιρη ανίχνευση της κολπικής μαρμαρυγής (AFIB) και της υπέρτασης. Αυτοί είναι οι δύο κύριοι παράγοντες επικινδυνότητας για τις καρδιοπάθειες και το εγκεφαλικό επεισόδιο που αυξάνουν τον κίνδυνο να ασθενήσει κανείς μελλοντικά από καρδιακό ή εγκεφαλικό επεισόδιο. Η ανίχνευση της κολπικής μαρμαρυγής και της υπέρτασης είναι σημαντική να γίνεται σ΄ένα πρώιμο στάδιο, ακόμη κι αν δεν διαπιστώνετε καθόλου συμπτώματα. Γι΄αυτό το λόγο, σας συνιστούμε να επισκεφτείτε τον θεράποντα ιατρό σας όταν η συσκευή WatchBP Home S μεταδώσει σήμα κολπικής μαρμαρυγής (AFIB) κατά την διάρκεια μιας μέτρησης της αρτηριακής πίεσης. Ο αλγόριθμος AFIB της συσκευής Microlife έχει ελεγχθεί κλινικά από πολλούς ειδήμονες κλινικούς ερευνητές και έχει αποδείξει ότι η συσκευή ανιχνεύει ασθενείς με κολπική μαρμαρυγή με μια σιγουριά των 97-100%. [1,2]

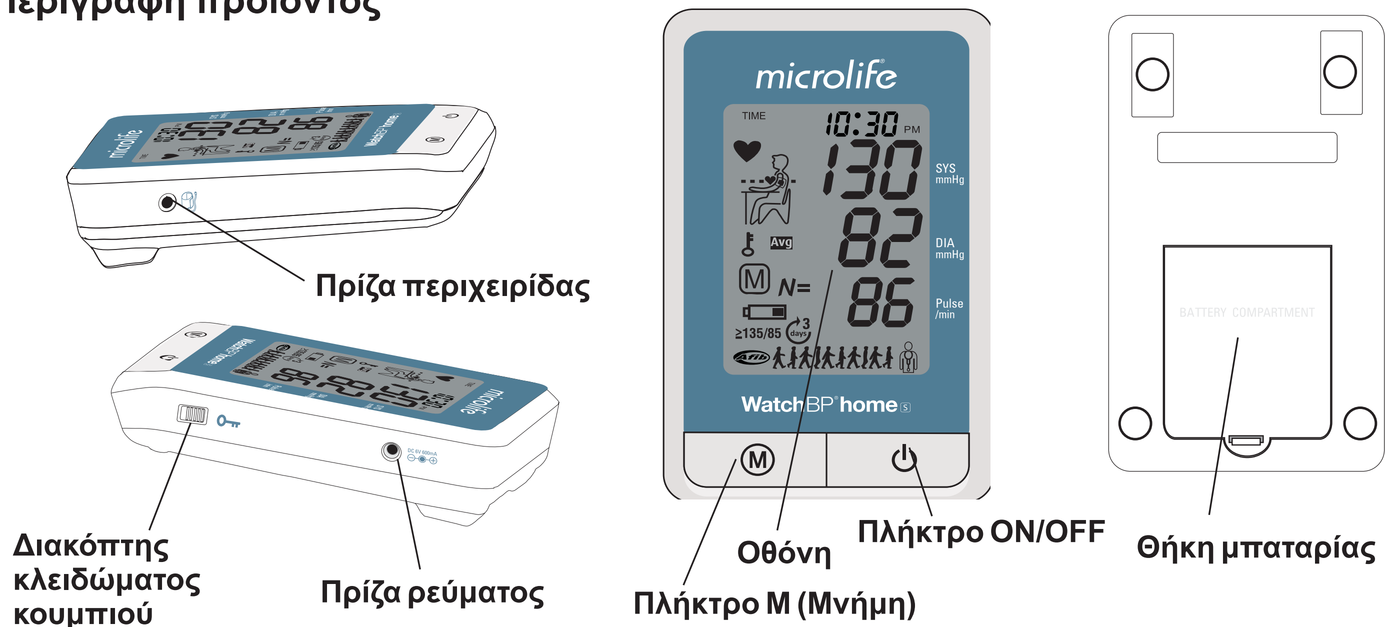
[1] *Στεργίου Γ.Σ., Καρπέττας Ν., Πρωτογέρου Α., Νασοθυμίου E.G., & Κυριακίδης Μ. Διαγνωστική ακρίβεια ενός κατ΄οίκον ελέγχου αρτηριακής πίεσης για την διάγνωση της κολπικής μαρμαρυγής. J Hum Hyperten 2009. 1–5*

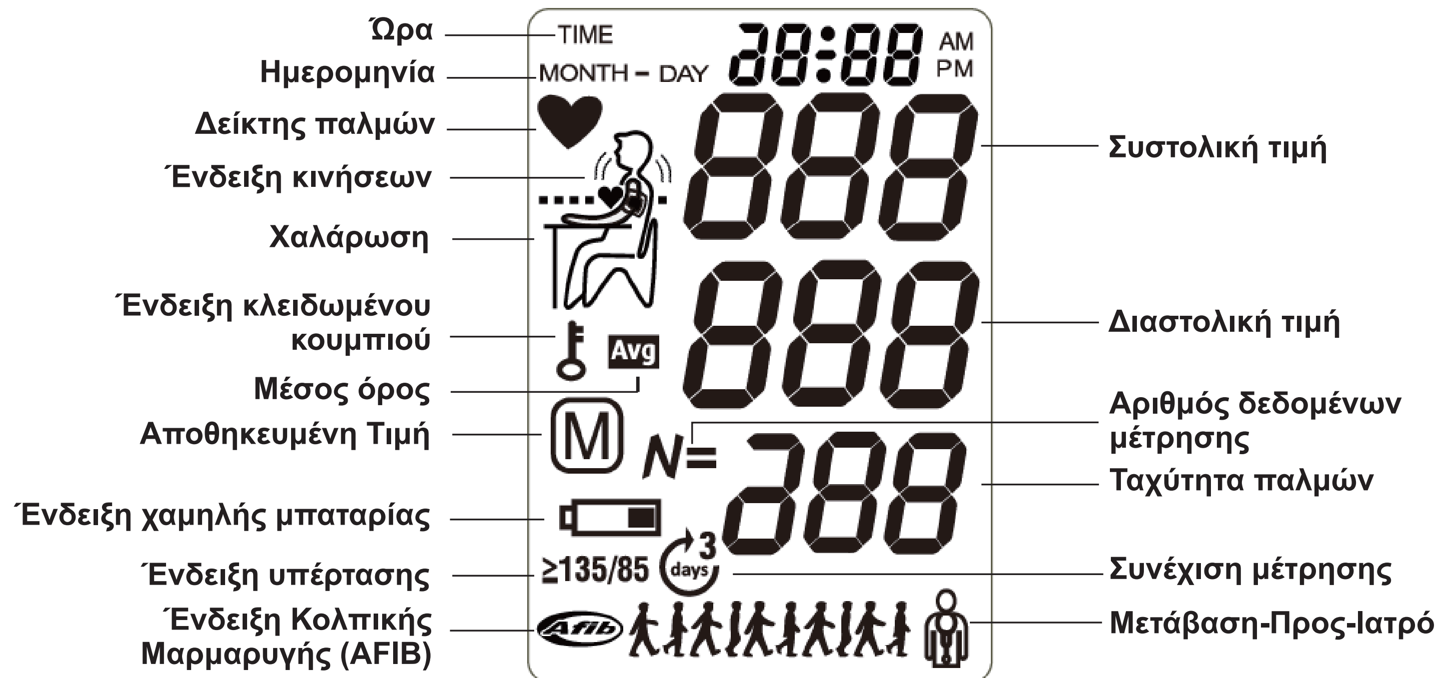
[2] *Wiesel J, Fitzig L, Herschman Y, & Messineo FC Διάγνωση Κολπικής Μαρμαρυγής χρησιμοποιώντας μια μεταποιημένη συσκευή αρτηριακής πίεσης της Microlife. Am J Hypertens 2009; 848–852*

Πίνακας περιεχομένων

Πριν την πρώτη χρήσης της συσκευής WatchBP Home S

Περιγραφή προϊόντος

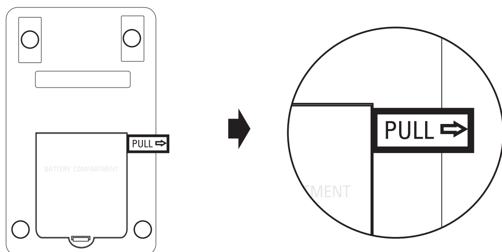



Ώρα
Ημερομηνία
Δείκτης παλμών
Ένδειξη κινήσεων
Χαλάρωση
Ένδειξη κλειδωμένου κουμπιού
Μέσος όρος
Αποθηκευμένη Τιμή
Ένδειξη χαμηλής μπαταρίας
Ένδειξη υπέρτασης
Ένδειξη Κολπικής Μαρμαρυγής (AFIB)
TIME
MONTH - DAY
AM
PM
Avg
M
N=
≥135/85
3
days
Afib
Συστολική τιμή
Διαστολική τιμή
Αριθμός δεδομένων μέτρησης
Ταχύτητα παλμών
Συνέχιση μέτρησης
Μετάβαση-Προς-Ιατρό

Πριν την πρώτη χρήσης της συσκευής WatchBP Home S

Ενεργοποίηση της Συσκευής

Τραβήξτε έξω την προστατευτική λωρίδα από τη θήκη της μπαταρίας.

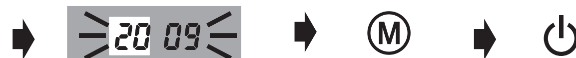


Ρύθμιση της Συσκευής Μέτρησης

1) **Ρύθμιση του έτους** – Μόλις αφαιρέσετε την προστατευτική λωρίδα ή βάλετε νέες μπαταρίες, ο αριθμός του έτους αναβοσβήνει στην οθόνη. Πιέστε το πλήκτρο M για να ρυθμίσετε το Έτος. Πιέστε το πλήκτρο ON/OFF για να επιβεβαιώσετε την επιλογή σας.

Πιέστε το πλήκτρο ON/OFF για να επιβεβαιώσετε

Πιέστε το πλήκτρο M για να κάνετε την επιλογή σας



2) **Ρύθμιση του μήνα** – Πιέστε το πλήκτρο M για να ρυθμίσετε το μήνα. Πιέστε το πλήκτρο ON/OFF για να επιβεβαιώσετε.



3) **Ρύθμιση της ημέρας** – Πιέστε το πλήκτρο M για να ρυθμίσετε την ημέρα. Πιέστε το πλήκτρο ON/OFF για να επιβεβαιώσετε.



4) **Ρυθμίστε την ώρα** – Μόλις ρυθμιστούν η 'Ωρα και τα Λεπτά και πιεστεί το πλήκτρο ON/OFF, ολοκληρώθηκε η ρύθμιση ημερομηνίας και ώρας, και η τρέχουσα ώρα φαίνεται στην ένδειξη.



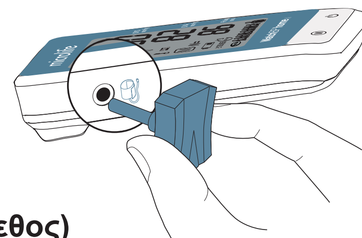




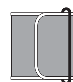
5) Αν επιθυμείτε να αλλάξετε την ημερομηνία και την ώρα, απλώς βγάλτε σύντομα μια μπαταρία από τη θήκη μπαταρίας και ξαναβάλτε την πάλι μέσα. Ο αριθμός του έτους θα αναβοσβήσει. Ολοκληρώστε την διαδικασία όπως περιγράφεται παραπάνω.

Επιλογή της σωστής περιχειρίδας

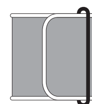
Η συσκευή WatchBP Home S διατίθεται σε διαφορετικά μεγέθη περιχειρίδας. Αν νομίζετε ότι έχετε παραλάβει το λάθος μέγεθος περιχειρίδας μαζί με την συσκευή σας, τότε παρακαλούμε να επικοινωνήσετε με την εταιρία Microlife.



* *παρακαλούμε χρησιμοποιήστε μόνο περιχειρίδες της Microlife!*



M (μεσαίο μέγεθος)
22 - 32 cm (8.75 - 12.5 ίντσες)
M είναι το σωστό μέγεθος για τα περισσότερα άτομα.



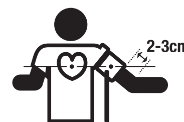
L (μεγάλο μέγεθος)
32 - 42 εκ. (12,5 - 16,5 ίντσες)

Διεξαγωγή μετρήσεων με την συσκευή WatchBP Home S

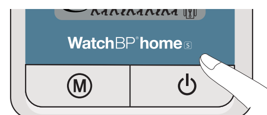
1) **Πριν την μέτρηση** – Αποφύγετε τις μετρήσεις αμέσως μετά από το φαγητό, το ποτό ή το κάπνισμα. Ετοιμάστε μια καρέκλα και ένα τραπέζι για την μέτρηση. Η καρέκλα θα πρέπει να έχει μια κάθετη πλάτη και το τραπέζι θα πρέπει να έχει ένα τέτοιο ύψος ώστε ο άνω βραχίονάς σας να βρίσκεται στο ίδιο ύψος όπως και η καρδιά σας. Καθήστε και ηρεμήστε τουλάχιστον για 5 λεπτά πριν την μέτρηση.

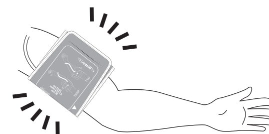


2) **Εφαρμογή της περιχειρίδας** – Αφαιρέστε όλα τα ρούχα που καλύπτουν ή περιορίζουν πρόσβαση στον βραχίονα όπου θα γίνει η μέτρηση. Περάστε την περιχειρίδα εφαρμοστά γύρω από τον βραχίονά σας, αλλά όχι πολύ σφιχτά, η περιχειρίδα θα πρέπει να είναι 2~3 εκ. επάνω από τον αγκώνα, με το σωλήνα να εφάπτεται στην εσωτερική πλευρά του βραχίονα. Κρατήστε τον βραχίονα στο ίδιο ύψος όπως η καρδιά κατά την διάρκεια της μέτρησης.

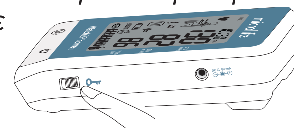


3) **Έναρξη της μέτρησης** – Πιέστε το πλήκτρο ON/OFF για να αρχίσετε την μέτρηση. Η περιχειρίδα θα φουσκώσει αυτόματα.





** Πριν πιέσετε το πλήκτρο ON/OFF, βεβαιωθείτε ότι το πλήκτρο κλειδώματος είναι αποδεσμευμένο. Γυρίστε στη θέση κλειδώματος, για να αποφύγετε κατά λάθος ενεργοποίηση των πλήκτρων μετά την χρήση.*



4) **Αυτόματη τριπλή μέτρηση–** Η συσκευή WatchBP Home S θα διεξάγει αυτόματα τρεις διαδοχικές μετρήσεις σε διαστήματα των 15 δευτερολέπτων. Επειδή η αρτηριακή πίεση συνεχώς διακυμαίνεται, ένα αποτέλεσμα που διαπιστώνεται έτσι, είναι πιο αξιόπιστο από το αποτέλεσμα μιας μόνο και μοναδικής μέτρησης. Κατά την διάρκεια της μέτρησης μην κινηθείτε, μην σταυρώσετε τα πόδια σας και μην σφίξετε τους μυς του βραχίονά σας. Αναπνέετε κανονικά και μην μιλάτε.



* *Οι τελευταίες τρεις μετρήσεις αποθηκεύονται για μελλοντική ανασκόπιση. Παρακαλούμε ανατρέξτε στη σελίδα "Ένδειξη μετρήσεων".*

5) **Περάτωση της μέτρησης**– Μόλις ολοκληρωθούν και οι τρεις μετρήσεις, θα μετρηθεί αυτόματα ο μέσος όρος και θα εμφανισθεί στην οθόνη.

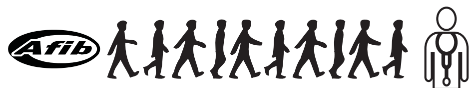
6) **Αποθήκευση δεδομένων μέτρησης-** Η συσκευή WatchBP Home S αποθηκεύει αυτόματα τον μέσον όρο των 3 διαδοχικών μετρήσεων, μαζί με την ημερομηνία και την ώρα διεξαγωγής τους. Είναι δυνατή η αποθήκευση 30 μετρήσεων μέσου όρου. Όταν η μνήμη γεμίσει, τότε η κάθε νέα μέτρηση διαγράφει αυτόματα την πιο πρόσφατη.

* *Αν κάποια από τις μεμονωμένες μετρήσεις δημιουργεί αμφιβολίες, τότε θα πρέπει να διεξαχθεί αυτόματα μια τέταρτη μέτρηση.*

* *Αν το πλήκτρο έναρξης/τέλους είναι πατημένο κατά την αντίστροφη μέτρηση, θα αρχίσει αμέσως την μέτρηση. Αν το πλήκτρο έναρξης/τέλους είναι πατημένο κατά την μέτρηση, θα σταματήσει την μέτρηση και θα εμφανιστούν είτε το αποτέλεσμα είτε ο μέσος όρος της μέτρησης.*

Εμφάνιση της ένδειξης κολπικής μαρμαρυγής AFIB & ένδειξης υπέρτασης

1) Ένδειξη κολπικής μαρμαρυγής AFIB – Η παρούσα συσκευή μπορεί να ανιχνεύσει την κολπική μαρμαρυγή (AFIB). Αν η κολπική μαρμαρυγή AFIB υπάρχει κατά την μέτρηση της πίεσης του αίματος, η ένδειξη AFIB θα εμφανιστεί. **Συνιστούμε οπωσδήποτε να γίνει μια συμπληρωματική μέτρηση μια ώρα αργότερα, ώστε να επιβεβαιωθεί η ειδικότητα της ανίχνευσης.** Η ένδειξη Επίσκεψης στο Γιατρό θα εμφανιστεί, για να σας υπενθυμίσει ότι πρέπει να δείτε τον γιατρό σας για περαιτέρω εξετάσεις.



** Μερικές φορές η συσκευή θα ανιχνεύσει κολπική μαρμαρυγή, ακόμη κι όταν δεν υπάρχει. Αυτό μπορεί να συμβεί αν κουνηθεί ο βραχίονας κατά την μέτρηση ή αν υπάρχει κάποιο άλλο πρόβλημα ρυθμού καρδιάς. Κρατήστε τον βραχίονα ακίνητο κατά την μέτρηση. Ίσως χρειαστεί να επισκεφτείτε τον γιατρό σας μ΄αυτή την συσκευή, για να ελέγξετε πιθανά προβλήματα αρρυθμίας.*

** Η παρούσα συσκευή δεν θα ανιχνεύσει πιθανόν την κολπική μαρμαρυγή σε άτομα με βηματοδότες ή απινιδωτές.*

2) Ένδειξη Υπέρτασης– Η ένδειξη υπέρτασης θα εμφανιστεί αν ο μέσος όρος των μετρήσεων της πίεσης του αίματος (BP) είναι μεγαλύτερος ή ίσος με το οροθετικό σημείο τιμών για την συστολική και διαστολική πίεση του αίματος που ανέρχεται στα 135/85mmHg.Η ένδειξη θα εμφανιστεί όταν εκπληρώνονται οι εξής τρεις συνθήκες:

(1) Και η συστολική αλλα και η διαστολική πίεση είναι μεγαλύτερη ή ίση με 135/85mmHg.

(2) Η συστολική πίεση του αίματος είναι μεγαλύτερη ή ίση με 135mmHg.

(3) Η διαστολική πίεση του αίματος είναι μεγαλύτερη ή ίση με 85mmHg.

≥135/85	≥135/	≥ /85
SYS >=135 mmHg, DIA >=85 mmHg	**SYS >=135 mmHg, DIA <85 mmHg**	**SYS <135 mmHg, DIA >=85 mmHg**

3) **'Ενδειξη συνέχισης της μέτρησης –** Αν ο μέσος όρος των μετρήσεων της πίεσης του αίματος (BP) είναι μεγαλύτερος ή ίσος με το οροθετικό σημείο τιμών για την συστολική και διαστολική πίεση που είναι το 135/85mmHg, θα εμφανιστεί μια ένδειξη συνέχισης της μέτρησης με σύμβολο 3 days μαζί με την ένδειξη υπέρτασης, για να σας υπενθυμίζει να κάνετε μετρήσεις σε μια περίοδο 3 ημερών διαπιστώνοντας έτσι το ύψος της πίεσής σας. Συνιστούμε οπωσδήποτε να διεξάγετε μετρήσεις για μια συμπληρωματική περίοδο 3 ημερών, για να διαπιστώσετε το συνήθες επίπεδο της πίεσής σας, σε περίπτωση που θα εμφανιστεί η Ένδειξη συνέχισης της μέτρησης. Μην δανείσετε σε άλλους τη συσκευή σας WatchBP Home S αυτό το τριήμερο διεξαγωγής των μετρήσεων.

≥135/85 ≥135/ ≥ /85 3 days

4) **Ένδειξης Επίσκεψης στο Γιατρό –** Αν ο μέσος όρος των μετρήσεων της πίεσής σας ενός τριημέρου συνεχίζει να είναι επάνω από 135/85mmHg, είτε η συστολική είτε η διαστολική πίεση αίματος, τότε θα εμφανιστεί η ένδειξη επίσκεψης στο γιατρό. Αυτό θα γίνει όταν πιεστεί το πλήκτρο M για να υπενθυμίσει τις μετρήσεις. Αυτή η υπενθύμιση σημαίνει για σας ότι πρέπει να δείτε το γιατρό σας.

Avg
≥135/85 ≥135/ ≥ /85

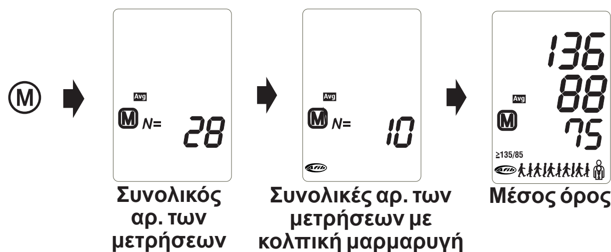
** Οι 3 ημέρες δεν σημαίνει ότι πρέπει να είναι 3 αλλεπάλληλες ημέρες.*

** Κατά την επιτήρηση της υπέρτασης η ένδειξη Επίσκεψης στο γιατρό θα εμφανιστεί μόνο όταν έχει ολοκληρωθεί ο κύκλος της τριήμερης μέτρησης.*

Ένδειξη και διαγραφή μετρήσεων

Ένδειξη Μετρήσεων

1) Όταν είναι πατημένο το πλήκτρο M, δείχνει τον συνολικό αριθμό των αποθηκευμένων μετρήσεων, π.χ. N=28, και ακολουθεί άμεσα ο συνολικός αριθμός των μετρήσεων με κολπική μαρμαρυγή και κατόπιν ο μέσος όρος όλων των μετρήσεων. Ο κάθε μέσος όρος των μετρήσεων θα εμφανιστεί πατώντας επανειλημμένα το πλήκτρο M.



Συνολικός αρ. των μετρήσεων | Συνολικές αρ. των μετρήσεων με κολπική μαρμαρυγή | Μέσος όρος

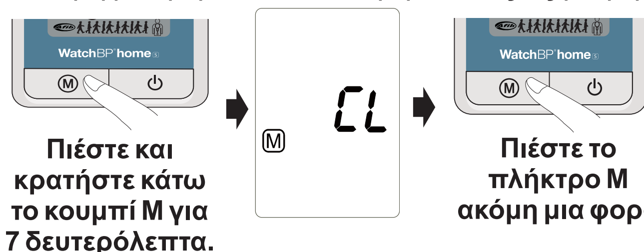
2) Οι τελευταίες τρεις μεμονωμένες μετρήσεις θα εμφανιστούν πατώντας και κρατώντας πατημένο το πλήκτρο M μέχρι να βγει ένα “1” στην οθόνη. Οι τιμές θα εμφανιστούν με την σειρά.

Διαγραφή μετρήσεων

* *Πριν διαγράψετε τα δεδομένα των μετρήσεων, βεβαιωθείτε ότι δεν χρειάζεστε πλέον αυτά τα στοιχεία. Όταν η αρτηριακή σας πίεση είναι υπερβολικά υψηλή ή όταν οι τιμές σας δείχνουν κολπική μαρμαρυγή, συνιστάται να δείξετε τις τιμές της αρτηριακής σας πίεσης στον ιατρό σας.*

1) Πιέστε το πλήκτρο M και κρατήστε το πατημένο για 7 δευτερόλεπτα μέχρι να εμφανιστεί το σύμβολο διαγραφής CL.

2) Αφήστε ελεύθερο το πλήκτρο M και πατήστε το ακόμη μια φορά. Αυτό θα σβήσει όλες τις μετρήσεις.

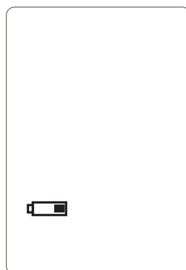


Πιέστε και κρατήστε κάτω το κουμπί M για 7 δευτερόλεπτα. | Πιέστε το πλήκτρο M ακόμη μια φορά

Μπαταρίες και μετασχηματιστής ρεύματος

Ένδειξη μπαταρίας

Όταν οι μπαταρίες έχουν υπόλοιπο μόνο το ¼ της ισχύος τους, το σύμβολο Μπαταρία θα αναβοσβήσει κάθε φορά που θα τεθεί σε λειτουργία η συσκευή. Τοποθετήστε καινούριες μπαταρίες όταν εμφανιστεί η ένδειξη μπαταρίας.



Τοποθέτηση καινούριων μπαταριών

Όταν οι μπαταρίες θα χρειαστεί να αντικατασταθούν, το σύμβολο Μπαταρία θα αναβοσβήσει κάθε φορά που θα τεθεί σε λειτουργία η συσκευή.

1) Ανοίξτε τη θήκη της μπαταρίας στην πίσω πλευρά της συσκευής.

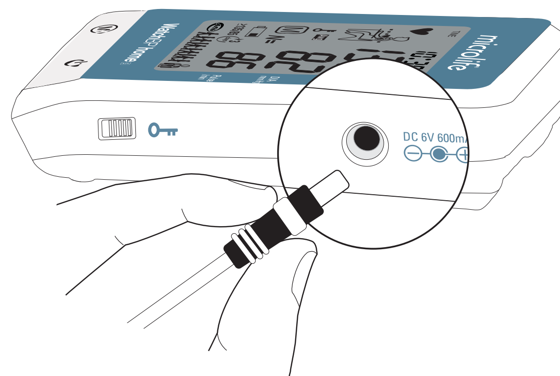
2) Αντικαταστήστε τις μπαταρίες - βεβαιωθείτε ότι η πολικότητα είναι σωστή και αντιστοιχεί στην ένδειξη των συμβόλων μέσα στην θήκη.

* *Χρησιμοποιήστε 4 καινούριες μπαταρίες, μακράς διαρκείας των 1.5V, μέγεθος AA.*
* *Μην χρησιμοποιείτε μπαταρίες με ληγμένη ημερομηνία.*
* *Αφαιρέστε τις μπαταρίες αν η συσκευή δεν θα χρησιμοποιηθεί για ένα μεγάλο χρονικό διάστημα.*

Χρήση ενός μετασχηματιστή ρεύματος

Η συσκευή WatchBP Home S μπορεί να χρησιμοποιηθεί για λειτουργία με μετασχηματιστή ρεύματος Microlife (DC 6V, 600mA).

* *Χρησιμοποιείτε μόνο δοκιμασμένους μετασχηματιστές ρεύματος της Microlife.*



1) Συνδέστε το καλώδιο του μετασχηματιστή με την πρίζα παροχής ρεύματος της συσκευής WatchBP Home S.
2) Συνδέστε το καλώδιο του μετασχηματιστή με την πρίζα ρεύματος του τοίχου. Όταν ο μετασχηματιστής είναι συνδεδεμένος, δεν καταναλώνεται ρεύμα της μπαταρίας.

Ασφάλεια, φροντίδα, τεστ ακριβείας και αποκομιδή

Ασφάλεια και προστασία

Η συσκευή αυτή χρησιμοποιείται μόνο για τον σκοπό που περιγράφεται στο παρόν εγχειρίδιο. Η συσκευή αποτελείται από ευαίσθητα μέρη και πρέπει εκ τούτου ο χειρισμός της να γίνεται με προσοχή. Ο κατασκευαστής δεν θα καταστεί υπεύθυνος για ζημιές που οφείλονται στη μη αρμόζουσα χρήση της συσκευής.



- Βεβαιωθείτε ότι δεν χρησιμοποιείται η συσκευή από παιδιά χωρίς επιτήρηση, μερικά τμήματα της συσκευής είναι πολύ μικρά και υπάρχει κίνδυνος κατάποσης.
- Ενεργοποιήστε την αντλία μόνο όταν είναι τοποθετημένη η περιχειρίδα.
- Μην χρησιμοποιείτε την συσκευή αν νομίζετε ότι έχει ζημιές ή κάτι φαίνεται να είναι ασυνήθιστο.
- Διαβάστε τις περαιτέρω οδηγίες ασφαλείας σε κάθε μεμονωμένο κεφάλαιο του παρόντος εγχειριδίου.

Τηρήστε τις προϋποθέσεις αποθήκευσης και λειτουργίας που περιγράφονται στο κεφάλαιο "Τεχνικά χαρακτηριστικά" του παρόντος εγχειριδίου.

 **Προστατέψτε τη συσκευή από νερό και υγρασία**

 **Προστατέψτε τη συσκευή από την άμεση ηλιακή ακτινοβολία**

 **Προστατέψτε τη συσκευή από υπερβολική ζέστη και κρύο**

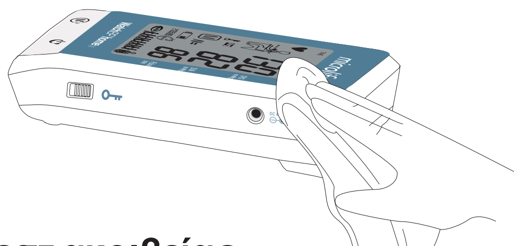
 **Αποφύγετε την εγγύτητα ηλεκτρομαγνητικών πεδίων, όπως αυτά που δημιουργούνται από κινητά τηλέφωνα**

 **Μην ανοίξετε ποτέ την συσκευή**

 **Προστατέψτε τη συσκευή από κρούσεις και πτώσεις**

Φροντίδα της συσκευής

Καθαρίστε την συσκευή μ΄ ένα μαλακό, στεγνό πανί.



Τεστ ακριβείας

Συνιστούμε έναν έλεγχο της συσκευής WatchBP Home S device κάθε 2 χρόνια για την διαπίστωση της ακρίβειας των μετρήσεων ή έναν άμεσο έλεγχο μετά από κάποια μηχανική επίδραση (π.χ. αν πέσει η συσκευή κάτω). Παρακαλούμε επικοινωνήστε με την Microlife για την διεξαγωγή ενός τεστ ακριβείας.

Φροντίδα της περιχειρίδας

ΜΗΝ ΠΛΥΝΕΤΕ την περιχειρίδα. ΜΗΝ σιδερώσετε το περίβλημα της περιχειρίδας.



ΜΗΝ ΠΛΥΝΕΤΕ την περιχειρίδα!



ΜΗΝ σιδερώσετε την περιχειρίδα!

Αποκομιδή

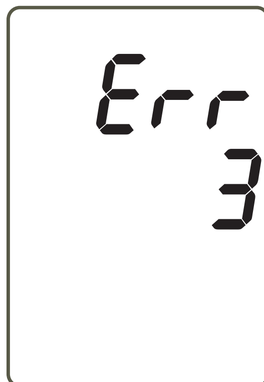


Οι μπαταρίες και τα ηλεκτρονικά όργανα πρέπει να περισυλλέγονται για την αποκομιδή τους σύμφωνα με τους τοπικά ισχύοντες κανονισμούς και όχι ως οικιακά απορρίματα.

Μηνύματα σφάλματος

Αν συμβεί ένα σφάλμα κατά την μέτρηση, η μέτρηση διακόπτεται και εμφανίζεται ένα μήνυμα σφάλματος «Err».

- *Παρακαλούμε επικοινωνήστε με το τοπικό κέντρο εξυπηρέτησης πελατών της Microlife, αν αυτά ή άλλα προβλήματα εμφανιστούν επανειλημμένα.*
- *Αν νομίζετε ότι τα αποτελέσματα είναι ασυνήθιστα, παρακαλούμε διαβάστε προσεκτικά τις πληροφορίες στο παρόν εγχειρίδιο.*



Σφάλμα	Περιγραφή	Πιθανή αιτία και αποκατάσταση
«**Err 1**»	**Σήμα πολύ αδύνατο**	Τα σήματα σφυγμού στην περιχειρίδα είναι πολύ αδύνατα. Διορθώστε την θέση της περιχειρίδας και επαναλάβετε την μέτρηση.
«**Err 2**»	**Σήμα σφάλματος**	Κατά την διάρκεια της μέτρησης, η περιχειρίδα διάγνωσε σήματα σφάλματος, που προκλήθηκαν π.χ. από κάποια κίνηση ή τάση μυών. Επαναλάβετε την μέτρηση, κρατώντας τον βραχίονα ακίνητο.

«**Err 3**»	**Έλλειψη πίεσης στην περιχειρίδα**	Δεν δημιουργείται κατάλληλη πίεση στην περιχειρίδα. Υπάρχει περίπτωση διαρροής. Αντικαταστήστε τις μπαταρίες αν χρειαστεί. Επαναλάβετε την μέτρηση.
«**Err 5**»	**Μη κανονικό αποτέλεσμα**	Τα σήματα μέτρησης είναι ανακριβή και είναι αδύνατο να γίνει ένδειξη του αποτελέσματος. Διαβάστε τον κατάλογο ελέγχου για την διεξαγωγή αξιόπιστων μετρήσεων και κατόπιν επαναλάβετε την μέτρηση.

«**HI**»	**Πίεση σφυγμού ή περιχειρίδας πολύ υψηλή**	Η πίεση στην περιχειρίδα είναι πολύ υψηλή (πάνω από 300 mmHg) Ή ο σφυγμός είναι πολύ υψηλός (πάνω από 200 χτύποι το λεπτό). Χαλαρώστε για 5 λεπτά και επαναλάβετε την μέτρηση.
«**LO**»	**Σφυγμός πολύ χαμηλός**	Ο σφυγμός είναι πολύ χαμηλός (κάτω από 40 χτύπους το λεπτό). Επαναλάβετε την μέτρηση.

Σημαντικά στοιχεία για την κολπική μαρμαρυγή και την αρτηριακή πίεση

Τι είναι η Κολπική Μαρμαρυγή (AFIB)?

Κανονικά η καρδιά συστέλλεται και χαλαρώνει σ΄έναν κανονικό ρυθμό. Ορισμένα κύτταρα στην καρδιά σας παράγουν ηλεκτρικά σήματα που δίνουν εντολή στην καρδιά να συστέλλεται και να αντλεί αίμα. Η κολπική μαρμαρυγή παρουσιάζεται όταν εμφανιστούν γοργά, άτακτα ηλεκτρικά σήματα στους δύο άνω θαλάμους της καρδιάς, στους λεγόμενους κόλπους, και τους προκαλούν να συσταλθούν γρήγορα και ακανόνιστα (αυτό αποκαλείται μαρμαρυγή). Η κολπική μαρμαρυγή είναι η πιο κοινή μορφή της καρδιακής αρρυθμίας ή μη κανονικού καρδιακού ρυθμού. Μπορείτε να ζήσετε με την κολπική μαρμαρυγή, αλλά μπορεί να οδηγήσει και σε άλλα προβλήματα αρρυθμίας, χρόνια κόπωση, καρδιακή ανεπάρκεια, και - το πιο χειρότερο - σε προσβολή. Θα χρειαστείτε την συμβουλή ιατρού, για να σας βοηθήσει να ελέγξετε το πρόβλημα.

Πώς επηρεάζει η κολπική μαρμαρυγή την οικογένειά μου ή και τον εαυτό μου?

Η μία στις έξι καρδιακές προσβολές έχουν σχέση με κολπική μαρμαρυγή. Ενώ άτομα άνω των 65 κατά πολύ μεγάλη πιθανότητα έχουν κολπική μαρμαρυγή, άτομα στην ηλικία των 40 μπορούν να εμφανίσουν κολπική μαρμαρυγή. Μια πρώιμη διάγνωση μπορεί να βοηθήσει να μειωθεί ο κίνδυνος προσβολής.

Η συσκευή WatchBP Home S παρέχει έναν άνετο τρόπο ανίχνευσης της κολπικής μαρμαρυγής

Όταν γνωρίζετε την αρτηριακή σας πίεση και όταν γνωρίζετε αν εσείς ή τα μέλη της οικογένειάς σας έχουν κολπική μαρμαρυγή ή όχι, θα σας βοηθήσει να μείωσετε τον κίνδυνο προσβολής. Η συσκευή WatchBP Home S παρέχει έναν άνετο τρόπο ανίχνευσης της κολπικής μαρμαρυγής όταν μετράτε την αρτηριακή σας πίεση.

Παράγοντες Κινδύνου που μπορείτε να τους έχετε υπό Έλεγχο

Η υψηλή αρτηριακή πίεση καθώς και η κολπική μαρμαρυγή θεωρούνται ‘ελέγξιμοι’ παράγοντες κινδύνου για τις καρδιακές προσβολές. Γνωρίζοντας την πίεσή σας και γνωρίζοντας αν έχετε κολπική μαρμαρυγή ή όχι είναι τα πρώτα βήματα για την ενεργή πρόληψη προσβολής.

Σημαντικά στοιχεία για την κολπική μαρμαρυγή και την αρτηριακή πίεση

Αξιολόγηση τιμών πίεσης αίματος

Ο πίνακας στην δεξιά πλευρά κατηγοριοποιεί τα δεδομένα αρτηριακής πίεσης για ενήλικες σύμφωνα με τις κατευθυντήριες γραμμές της Ευρωπαϊκής Εταιρίας Υπέρτασης (ESH) του 2007. Τα δεδομένα εκφράζονται σε mmHg.

Η υψηλότερη τιμή είναι αυτή που είναι αποφασιστική για την αξιολόγηση. Παράδειγμα: Μια τιμή μεταξύ **150/85** ή **120/98** mmHg υποδεικνύει «Βαθμός 1 Υπέρταση».

Κατηγορία	Συστολική	Διαστολική
Ιδανική	**< 120**	**< 80**
Κανονική	**120 - 129**	**80 - 84**
Υψηλή κανονική	**130 - 139**	**85 - 89**
Βαθμός 1 Υπέρταση	**140 - 159**	**90 - 99**
Βαθμός 2 Υπέρταση	**160 - 179**	**100 - 109**
Βαθμός 3 Υπέρταση	**≥ 180**	**≥ 110**
Μεμονωμένη Συστολική Υπέρταση	**≥ 140**	**< 90**

Τεχνικά χαρακτηριστικά

Θερμοκρασία λειτουργίας:
- 10 - 40 °C / 50 - 104 °F
- 15 - 90 % σχετική μέγιστη υγρασία

Θερμοκρασία αποθήκευσης:
- -20 °C έως 55 °C / -4 °F έως 131 °F
- 15 - 90 % σχετική μέγιστη υγρασία

Βάρος:
- 412 γρ. (συμπεριλ. οι μπαταρίες)

Διαστάσεις:
- 154 x 94 x 40 mm

Μέθοδος μέτρησης:
- ταλαντωσιμετρική

Εύρος μέτρησης:
- 30 - 280 mmHg – πίεση αίματος
- 40 - 200 χτύποι το λεπτό – σφυγμός

Ένδειξη πίεσης περιχειρίδας:
- Εύρος: 0 - 299 mmHg
- Ανάλυση: 1 mmHg
- Στατική ακρίβεια: πίεση εντός ± 3 mmHg ή 2% της μέτρησης άνω 200 mmHg
- Ακρίβεια σφυγμού: ± 5 % της τιμής ένδειξης

Πηγή τάσης:
- 4 x 1.5 V αλκαλικές μπαταρίες, μέγεθος AA
- Μετασχηματιστής ρεύματος DC 6V, 600 mA (προαιρετικά)

Αναφορά στα πρότυπα:
Η συσκευή πληροί τις απαιτήσεις του προτύπου για τον μη επεμβατικό έλεγχο της αρτηριακής πίεσης:
EN 1060-1
EN 1060-3
EN 1060-4
IEC 60601-1
IEC 60601-1-2

Ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα
Η συσκευή πληροί τις προδιαγραφές του προτύπου IEC 60601-1-2

CE 0044
Πληροί τις προδιαγραφές της οδηγίας της ΕΕ 93/42/ΕΕΚ για τις ιατρικές συσκευές Τάξης IIa.

Η εταιρία Microlife επιφυλάσσεται του δικαιώματος τεχνικών αλλαγών χωρίς προηγούμενη γραπτή ειδοποίηση.


Microlife AG, Espenstrasse 139
9443 Widnau, Switzerland

WatchBP® home S

Κάρτα εγγύησης

Η παρούσα συσκευή καλύπτεται από πενταετή εγγύηση από την ημερομηνία της αγοράς. Αυτή η εγγύηση ισχύει μόνο με την υποβολή της κάρτας, η οποία πρέπει να έχει συμπληρωθεί από τον ιδιοκτήτη που θα επιβεβαιώνει την ημερομηνία της αγοράς ή θα υποβάλει την ταμειακή απόδειξη. Οι μπαταρίες, η περιχειρίδα και μέρη που υπόκεινται σε φθορά λόγω χρήσης αποκλείονται από την παρούσα εγγύηση.

Όνομα: ______________________

Διεύθυνση: ______________________

____

Ημερομηνία: ______________________

Τηλέφωνο: ______________________

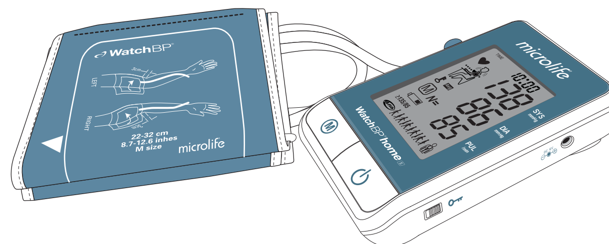
Email: ______________________



Product: WatchBP Home S

Product Number: BP3MX1-5

Ημερομηνία:



Ευρώπη / Μέσω Ανατολή / Αφρική

Microlife AG
Espenstrasse 139
9443 Widnau, Switzerland
Tel. +41 71 727 7000
Fax +41 71 727 7011
Email: watchbp@microlife.ch
www.watchbp.com

Ασία

Microlife Corporation
9F, 431, RuiGang Road, NeiHu
Taipei, 114, Taiwan, R.O.C.
Tel. +886 2 8797 1288
Fax.+886 2 8797 1283
Email: watchbp@microlife.com.tw
www.watchbp.com

Βόρειος / Κεντρική / Νότια Αμερική

Microlife Medical Home Solutions, Inc.
2801 Youngfield St., Suite 241
Golden, CO 80401, USA
Tel. +1 303 274 2277
Fax +1 303 274 2244
Email: info@mimhs.com
www.watchbp.com






Type BF applied part



Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες πριν χρησιμοποιήσετε την παρούσα συσκευή.

IB WatchBP Home S 3MX1-5 0510

microlife







Europe / Middle-East / Africa
Microlife AG
Espenstrasse 139
9443 Widnau, Switzerland
Tel. +41 71 727 7000
Fax +41 71 727 7011
Email: watchbp@microlife.ch
www.watchbp.com

Asia
Microlife Corporation
9F, 431, RuiGang Road, NeiHu
Taipei, 114, Taiwan, R.O.C.
Tel. +886 2 8797 1288
Fax.+886 2 8797 1283
Email: watchbp@microlife.com.tw
www.watchbp.com

North / Central / South America
Microlife Medical Home Solutions, Inc.
2801 Youngfield St., Suite 241
Golden, CO 80401, USA
Tel. +1 303 274 2277
Fax +1 303 274 2244
Email: info@mimhs.com
www.watchbp.com





Type BF applied part


Read the instructions carefully before using this device.

IB WatchBP Home S V4 071410

microlife